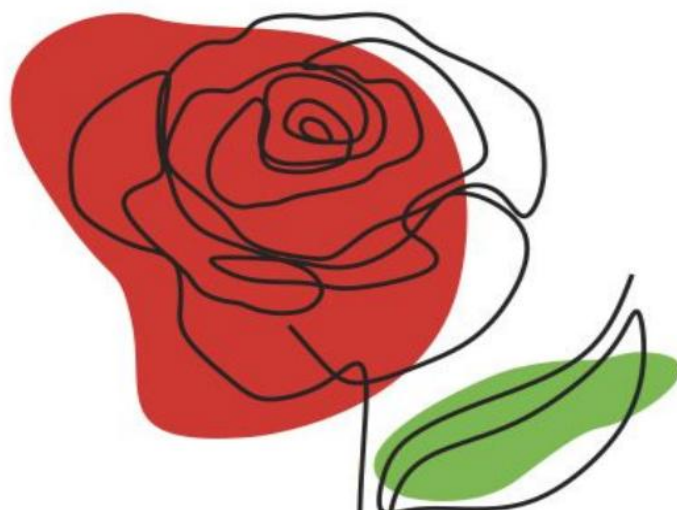


Christine
MICHAUD

Thomas
DE KONINCK

Préface de Frédéric Lenoir



Le Petit
Prince est
toujours
vivant

Faites de votre vie
un émerveillement
quotidien

edito

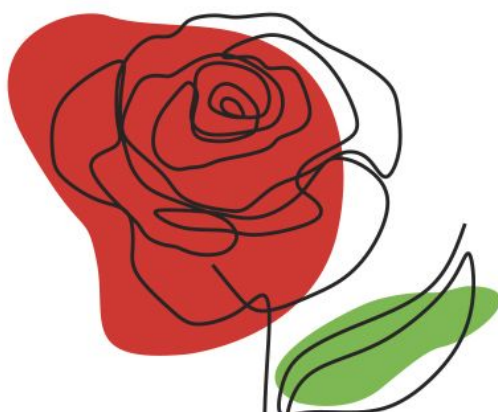
VISIT...

LANZAROTE
Caliente.COM

Christine
MICHAUD

Thomas
DE KONINCK

Préface de Frédéric Lenoir



**Le Petit
Prince est
toujours
vivant**

Faites de votre vie
un émerveillement
quotidien

edito

Christine
MICHAUD

Thomas
DE KONINCK

**Le Petit
Prince est
toujours
vivant**

edito

Révision: Line Nadeau
Correction: Marie-Claude Barrière
Infographie: Michel Fleury
Conception graphique: Ann-Sophie Caouette

ISBN: 978-2-924959-86-2
ISBN Epub: 978-2-924959-94-7

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2020
Dépôt légal – Bibliothèque et Archives Canada, 2020

© Gallimard ltée – Édito, 2020

Tous droits réservés

À Éric
À Félix, digne ambassadeur du Petit Prince
Christine Michaud

À ma Rose
Thomas De Koninck

*Si alors un enfant vient à vous,
s'il rit, s'il a des cheveux d'or,
s'il ne répond pas quand
on l'interroge, vous devinerez bien
qui il est. Alors soyez gentils!
Ne me laissez pas tellement triste:
écrivez-moi vite qu'il est revenu...*

*Le Petit Prince,
Antoine de Saint-Exupéry*

Préface

Au moment où je referme ce merveilleux ouvrage, je voudrais exprimer à ses auteurs une triple gratitude.

La première, c'est de m'avoir fait redécouvrir *Le Petit Prince*. Je l'avais lu il y a plus de quarante ans et seuls deux souvenirs me restaient de cette fable au succès planétaire: une citation et une rencontre. La formule que je me rappelais est restée gravée en moi pendant toutes ces années: «On ne voit bien qu'avec le cœur. L'essentiel est invisible pour les yeux.» La rencontre est celle du renard qui demande au Petit Prince de l'apprivoiser afin de créer entre eux un lien unique au monde. Ces deux petits passages ont été deux leçons de vie qui ont éclairé mon chemin. Dès que mon amie Christine Michaud m'a envoyé le manuscrit du *Petit Prince est toujours vivant* afin que j'en écrive la préface, la première chose que j'ai faite, c'est d'acheter le livre d'Antoine de Saint-Exupéry et de le relire d'une traite. Quel émerveillement! Cette seconde lecture m'aura sans doute plus encore marqué que la première, car entre-temps j'ai pas mal vécu et j'ai retrouvé dans cette fable l'essentiel de ce que la vie m'a appris. Comme le dit si justement Thomas De Koninck en conclusion de ce livre: «Voilà donc le défi premier que ce siècle et ce nouveau millénaire nous lancent: nous occuper de la rose avant tout et suivre les conseils du renard.»

La deuxième gratitude, c'est de m'avoir ouvert à toute l'œuvre d'Antoine de Saint-Exupéry que je ne connaissais pas. À travers les

nombreuses citations et réflexions de l'écrivain qui jalonnent ce livre, j'ai découvert une pensée humaniste si profonde et si touchante que j'ai maintenant envie de me plonger dans ses principaux ouvrages: *Citadelle*, *Terre des hommes*, *Vol de nuit*... Il arrive souvent que des lecteurs me disent: «J'aime vos livres car vous dites très bien ce que je pense!» C'est cette même familiarité de pensée que je n'ai cessé de retrouver dans les réflexions de l'auteur du *Petit Prince* et qui me montre, une fois de plus, que nous sommes reliés à des inconnus par une même «longueur d'âme» qui nous procure la joie d'une «reconnaissance». C'est d'ailleurs un sentiment semblable qui m'avait habité lorsque j'avais rencontré Christine Michaud pour la première fois à Paris.

Ma troisième gratitude envers Thomas De Koninck (que je ne connaissais pas) et Christine, c'est d'avoir su écrire avec grâce un si beau livre sur la vie humaine. Ce livre constitue une délicieuse promenade existentielle en compagnie de deux auteurs à la fois semblables par l'accent qu'ils mettent sur le cœur et complémentaires par leur formation respective: la philosophie pour l'un et la psychologie positive pour l'autre. Avec générosité, ils nous font aussi voyager en compagnie des grands hommes qu'ils aiment et qui les ont inspirés: des philosophes comme Platon, Aristote ou Spinoza; des écrivains comme Shakespeare, Hugo ou Dostoïevski; des savants comme Einstein; de grandes figures spirituelles comme le Bouddha, Jésus ou Thérèse de Lisieux.

Les sujets traités sont les plus essentiels pour essayer de mener une vie bonne: la beauté, l'amour, la conscience, le pardon, le bonheur... Mais nos auteurs ne craignent pas d'aborder aussi des thèmes plus métaphysiques: Dieu, la providence, l'invisible,

l'éternité, le sens de la vie. Kant disait avec un peu d'ironie que la métaphysique, c'est des questions d'enfants auxquelles des adultes cherchent à apporter des réponses. Or ce que nous rappelle justement Saint-Exupéry, c'est que ce sont les enfants qui posent les questions les plus importantes, celles que les adultes «sérieux» n'osent plus poser. Et tout le charme de ce livre, c'est aussi de réveiller l'enfant qui sommeille en nous. Cet enfant simple, spontané, qui sait s'étonner et s'émerveiller. Cet enfant joyeux qui rit d'un rien. Cet enfant imaginatif et créatif. Comme le rappelle Antoine de Saint-Exupéry dans *Citadelle*: «Les enfants seuls plantent un bâton dans le sable, le changent en reine et éprouvent l'amour.»

Christine et Thomas ont écrit une très jolie lettre à l'enfant qu'ils ont été (p. 136). Lorsque vous aurez parcouru les pages de ce beau livre, vous verrez: vous aussi, vous aurez très envie d'écrire une lettre à l'enfant que vous avez été et qui sommeille encore en vous.

Frédéric Lenoir

Lettre au créateur du *Petit Prince*

Cher Antoine,

Je vous écris pour vous informer que je crois avoir retrouvé le Petit Prince.

Aujourd'hui âgé de quatre-vingt-cinq ans, il a donné sa vie pour retransmettre l'essentiel. Humble, il a chéri le secret de sa véritable identité au plus profond de son cœur. Pourtant, il n'a cessé de poser des questions, d'apprendre et de susciter des dialogues pour éveiller les consciences.

Philosophe québécois, il a enseigné l'art des questions existentielles pendant plus de cinquante ans. Devenu lui-même allumeur de réverbères, il est particulièrement reconnu pour ses travaux touchant la dignité humaine, la philosophie grecque, la philosophie de l'éducation et ce qu'il appelle les «questions ultimes»: l'intelligence, la liberté, le bonheur, la beauté, la mort.

Sachez, cher Antoine, que le Petit Prince ne vous a pas oublié. Il se rappelle encore cette soirée du 4 mai 1942, lorsque vous vous êtes rencontrés. S'il est vrai qu'il a inspiré votre plume, vous avez illuminé son chemin de vie. Vos âmes se sont reconnues parce qu'elles se ressemblent. Tels des extracteurs de quintessence, vous nous exhortez à contempler le mystère, à nous y intéresser afin de percevoir l'essentiel.

Victor Hugo écrit: «Et puis, il y a ceux que l'on croise, que l'on connaît à peine, qui vous disent un mot, une phrase, vous accordent une minute, une demi-heure et changent le cours de votre vie.»

Vous est-il déjà arrivé d'être en route vers un rendez-vous et d'éprouver un sentiment étrange, presque à la limite du déjà-vu, ou d'avoir la fugace perception d'un point de retournement? Vous savez, les moments de vie qui marquent un «avant» et un «après»? Ma rencontre avec le professeur Thomas De Koninck est de cet ordre, comme si subitement mon âme avait tenté de m'avertir d'une magnanimité. Fait cocasse mais parlant dans cette histoire, un an auparavant, je m'étais inscrite au certificat en philosophie à l'Université Laval et le premier cours choisi était donné par nul autre que lui. Malheureusement, j'avais dû me désister en raison de déplacements trop fréquents en Europe cette année-là.

Par une douce fin de journée estivale, j'avais rendez-vous avec le professeur pour discuter d'un projet sur la biodiversité. Avant de le rejoindre, j'avais reçu de Christine, son épouse, le plus joyeux accueil que l'on puisse imaginer. Devant moi se tenait une femme respirant la joie de vivre et l'amour. Elle m'avait rapidement confié avoir été charmée par la foi de son jeune prétendant de l'époque. Puis, dans une boutade, elle avait ajouté: «Vous savez, j'ai toujours dit que j'avais épousé un homme venu d'une autre planète!»

C'est peut-être l'impression de singulière particularité de cet être qui a éveillé ma curiosité et mon intérêt. D'une générosité désarmante, il avait répondu à mes questions puis m'avait relaté un moment marquant de sa jeunesse, celui de votre rencontre.

De passage à Québec pour y prononcer une conférence à la demande de votre ami Charles De Koninck, le père de Thomas, vous

aviez été reçu à la maison familiale, avenue Sainte-Geneviève, dans le Vieux-Québec. Vous intéressant davantage aux enfants qu'aux adultes ce soir-là, vous leur aviez inventé des énigmes et fabriqué des avions de papier en leur montrant quelques-uns de vos dessins. Le petit Thomas, lui, en avait profité pour vous poser une tonne de questions, trop selon sa mère que cela exaspérait gentiment. Hasard s'il en est, vous avez commencé à rédiger votre conte mythique dans les jours suivants.

Encore aujourd'hui, le professeur De Koninck accepte volontiers de répondre aux questions que certains lui posent à ce sujet, mais d'une rare humilité, il préfère ne pas trop insister sur cette possibilité qu'il ait inspiré votre personnage du Petit Prince. Quelques semaines après cette première rencontre avec lui, il est devenu encore plus évident pour moi qu'il lui fallait faire œuvre utile et oser en parler davantage.

L'une de ces synchronicités s'est présentée lorsque, dans une vente de livres d'occasion à Paris, je suis littéralement tombée sur une œuvre de Renée Zeller intitulée *La vie secrète d'Antoine de Saint-Exupéry*. Un extrait en particulier m'est revenu en mémoire en songeant aux confidences du professeur De Koninck:

«Il suffit d'être attentif aux paroles du Petit Prince et de l'aimer. C'est-à-dire de reconnaître en lui quelque chose de bon pour l'âme et qui, étant de lui, est aussi de soi-même tout en existant dans l'Éternel. C'est à cette condition que toute œuvre d'art et de poésie peut émouvoir. Il faut qu'on puisse y reconnaître à la fois ce qui est du domaine individuel et du domaine collectif de l'humanité. Cette richesse est proprement celle de Saint-Exupéry

qui, partant toujours d'un fait concret, d'une image vivante, touche le cœur et résonne dans l'esprit, jusqu'à l'universel.»

Thomas accepterait-il de divulguer le secret qu'il chérit en son cœur, non pas pour lui, mais pour tous ceux qui bénéficieraient de ses connaissances et de sa sagesse? Un lien mystérieux, presque mystique, semble vous relier à Thomas et au Petit Prince. Un triumvirat constitué de l'un dans l'éternel, de l'enfant chéri et de l'esprit toujours vivant du professeur qui, encore aujourd'hui, continue de retransmettre et d'inspirer de mille et une façons.

Armée de ma passion et de mon courage, j'ai demandé une nouvelle rencontre avec l'éminent professeur. À ma proposition d'écrire ce livre, il a répondu: «Alors, c'est la Providence qui vous envoie.» Nous avons établi ensemble les sujets à aborder, les questions à poser et ce que nous avons à cœur de propager.

Nous avons imaginé ce livre comme une lettre lumineuse personnellement adressée à ses lecteurs, comme un phare pour les guider et un tremplin duquel plonger (ou duquel s'élever) vers une vie plus consciente et féconde. C'est la bénédiction que nous avons demandée pour eux autant que pour nous. Car n'est-il pas dit que nous enseignons ce que nous avons le plus besoin d'apprendre?

Si effectivement le Petit Prince avait survécu en Thomas De Koninck et en chacun de nous, qu'aurait-il à nous dire aujourd'hui? Quels seraient ses questions existentielles ainsi que ses sujets de prédilection? Selon le professeur, s'il débarquait sur notre planète actuellement, il serait sans doute catastrophé parce que, lui, il cherche le beau, il cherche le sens.

Et s'il était de notre devoir de retrouver le beau et le sens en ce monde pour que le Petit Prince, comme l'enfant en chacun de nous,

survive? N'est-ce pas ce que vous auriez souhaité aussi, cher Antoine? Parce que, comme le dit Guillaume Apollinaire, «il est grand temps de rallumer les étoiles».

Après des heures passées à écouter attentivement le professeur De Koninck, je vous confirme que non seulement le Petit Prince vit toujours dans son cœur et au sein de son âme, mais son savoir et sa sagesse rejoignent merveilleusement bien ce que vous avez sublimement réverbéré.

La philosophie s'avère essentielle pour une existence pleine et heureuse, car elle nous mène à un niveau de conscience supérieur. Toutes ces pistes de réflexion suspendent le temps et exaltent notre âme pour qu'il n'en subsiste qu'une envie: celle de cocréer un monde rempli d'amour et de lumière.

Voilà pourquoi nous avons mené ce projet à terme.

C'est la grâce que nous souhaitons à tout un chacun, avec ce qui adviendra en prime. Car «tout vient à point à qui sait attendre», disait-on au XVI^e siècle. Si l'attente est un art, la philosophie en est son instrument.

Bien à vous,

Christine Michaud

Sainte-Pétronille, L'Île-d'Orléans, le 11 octobre 2019

LA BEAUTÉ



Qu'est-ce que la beauté?

*On ne voit bien qu'avec le cœur.
L'essentiel est invisible pour les yeux.*

Le Petit Prince, Antoine de Saint-Exupéry

«La beauté sauvera le monde»

En 2008, Gene Weingarten, journaliste au *Washington Post*, gagne le prix Pulitzer pour son article à propos d'une expérience réalisée avec le violoniste mondialement reconnu Joshua Bell. Le matin du 12 janvier 2007, à l'heure de pointe, à la station de métro L'Enfant Plaza à Washington, Weingarten demande à Bell de jouer ses plus belles partitions sur un stradivarius évalué à plusieurs millions de dollars. Pendant quarante-cinq minutes, plus de mille personnes passent devant lui. De ce nombre, seulement sept s'arrêtent pour l'écouter. Une seule personne le reconnaît et laisse un billet de vingt dollars dans l'étui du précieux instrument posé à ses pieds.

Joshua Bell récolte un peu plus de trente-deux dollars américains au total, incluant les vingt dollars de l'homme qui l'a reconnu. Lorsqu'il finit de jouer, il n'y a aucune réaction, aucun

applaudissement. Deux jours auparavant, il avait offert un concert à guichets fermés à Boston. Le journaliste primé en vient à cette conclusion: «Dans un environnement ordinaire, à une heure inappropriée, sommes-nous capables de percevoir la beauté, de nous arrêter pour l'apprécier, de reconnaître le talent dans un contexte inattendu?»

Vous souvenez-vous de la fameuse phrase du prince Mychkine dans le roman *L'idiot* de Fiodor Dostoïevski? «La beauté sauvera le monde», affirme le personnage. À la lumière des résultats de l'expérience de Weingarten, nous semblons plutôt mal partis pour la salvation... Ou peut-être avons-nous besoin de nous questionner davantage à propos de la beauté et d'apprendre à mieux la percevoir.

Revenons à Dostoïevski et relisons ensemble cet extrait de *L'idiot*: «Est-il vrai, prince, que vous ayez dit un jour que la “beauté” sauverait le monde? Messieurs, [...] le prince prétend que la beauté sauvera le monde! Et moi je prétends que, s'il a des idées aussi folâtres, c'est qu'il est amoureux [...] Ne rougissez pas, prince! vous me feriez pitié. Quelle beauté sauvera le monde?» N'est-il pas vrai que tout nous paraît plus beau lorsque nous sommes amoureux? Cette perception de la beauté et ce sentiment amoureux se nourriraient-ils l'un de l'autre?

Arrêtez-vous un instant et réfléchissez à un moment récent où vous avez été touché par la beauté. Quel était l'objet de cette reconnaissance? Le vol gracieux d'un oiseau peut-être? À moins que ce ne soit le geste d'amour d'un parent pour son enfant, le regard pétillant de l'être aimé ou l'inaltérable beauté d'une mélodie? Des pièces comme l'*Ode à la joie* de Beethoven, *Les quatre saisons* de Vivaldi ou les *Nocturnes* de Chopin se qualifient d'immarcescibles

puisque jamais elles ne flétriront. «Toute beauté est une joie éternelle», nous rappelle le poète anglais John Keats. Non seulement on ne s'en lasse pas, mais elle croît. Voilà ce que peuvent produire les œuvres d'art dont on ne cesse de s'émerveiller.



«Ce qui embellit le désert,
dit le Petit Prince, c'est qu'il cache
un puits quelque part...»

Le Petit Prince, Antoine de Saint-Exupéry

Définir la beauté

Qu'est-ce que la beauté? Ou qu'est-ce qui est beau? Ces questions se posent et les réponses risquent d'être diverses et subjectives. Selon Platon par exemple, la beauté est liée à l'éros, donc à l'amour. Nous trouvons beau ce que nous aimons. Mais ne serait-il pas tout aussi juste d'affirmer que nous aimons ce que nous trouvons beau? En ce sens, le beau et l'amour s'avèrent convertibles tout comme le sont ce que l'on appelle les autres transcendants en philosophie: l'être, l'un, le vrai et le bien. Voici, pour en témoigner, quelques vers de John Keats: «La beauté est vérité. La vérité beauté. C'est tout ce que l'on sait sur terre. Et c'est tout ce qu'il faut savoir.»

Saint-Exupéry fait la différence entre deux types de beauté, l'une plus esthétique, soumise aux diktats de la société, plus relative et extérieure à l'être; et l'autre, plus intérieure, émouvante et durable.

Pour lui, «la beauté du corps est un voyageur qui passe, tandis que la beauté du cœur est un ami qui reste». Nous traiterons davantage de cet «ami qui reste», de cette beauté liée à la part la plus intérieure et la plus pure de l'être, cette «beauté plus importante [...], plus utile que le pain», selon Dostoïevski. Pour reprendre les termes du *Phèdre* de Platon, la beauté est «ce qui se manifeste avec le plus d'éclat et ce qui suscite le plus d'amour». Rien n'est plus désirable que la lumière. En un mot, elle fait sens. C'est la raison profonde pour laquelle Dostoïevski peut dire qu'elle est plus utile que le pain.

La beauté trouve sa place au sommet des sujets abordés dans cet ouvrage parce que, comme le considère Platon, le beau n'est pas immanent mais transcendant. Autant la beauté oblige au respect et à l'inclinaison, autant elle invite à l'ascension ou l'élévation de l'âme. Être touché par la beauté nous exhorte à honorer la vie. C'est un cadeau – une grâce même – et une obligation qui nous demandent présence et attention. Dans un monde où tout se développe à une vitesse fulgurante, où les liens technologiques sont parfois plus forts que les liens humains, n'aurions-nous pas besoin d'une piqure de rappel? Et si cela passait par la reconnaissance de la beauté?

En psychologie positive, les Drs Martin Seligman et Christopher Peterson ont élaboré une liste de six grandes vertus desquelles découlent vingt-quatre forces de caractère qui nous permettent d'autoréguler notre bonheur. On y retrouve, liée à la vertu de la transcendance, une force nommée «reconnaissance de la beauté», que les chercheurs Seligman et Peterson définissent ainsi: «Vous remarquez et appréciez la beauté, l'excellence, et/ou les performances habiles dans tous les domaines de la vie, allant de la

nature aux arts, aux mathématiques, aux sciences et à la vie quotidienne.»

La beauté sensible

L'une des premières définitions de la beauté est celle-ci: «ce qui plaît aux yeux et aux oreilles». Cette beauté dite sensible peut donc être vue et entendue. Dans la réflexion sur le beau au cours de l'histoire, l'insistance sur la vue et, accessoirement, sur l'ouïe est constante. On ne juge jamais belles, à proprement parler, les réalités perçues par l'odorat, le toucher ou le goût.

On constate d'emblée que, parmi nos sens, la vue et l'ouïe nous apportent le plus de connaissance du réel. En dehors même de leur utilité, les perceptions sensibles nous plaisent par elles-mêmes et, plus que toutes les autres, les sensations visuelles. Connaître, c'est avant tout voir. Ainsi, nous dirons: «Vois comme c'est beau», nous parlerons des yeux du cœur et nous indiquerons, pour témoigner d'un attachement à quelque chose ou à quelqu'un, que nous y tenons comme à la prune de nos yeux.

La perception des couleurs, des formes et des différences produit en nous un effet, une émotion. Qui n'a jamais été complètement subjugué par un coucher de soleil? Nous pourrions l'être tout autant par un visage buriné par le temps ou éclairé d'un magnifique sourire, par un dessin, une sculpture ou toute autre création artistique, qu'elle soit l'œuvre de l'humain ou du divin. D'ailleurs, l'apaisement n'est-il pas un cousin de la beauté? Car ce que nous admirons, ce qui nous touche par son esthétisme nous est souvent bienfaisant.

En plus de nous incliner et de nous élever, la beauté nous fait du bien. Elle devient alors source de mieux-être et donc d'utilité. «C'est

véritablement utile puisque c'est joli», écrit Saint-Exupéry dans *Le Petit Prince*. À l'instar des transcendants cités plus haut, l'utilité et la joliesse deviennent convertibles.

Et s'il s'agissait d'une invitation à une vie plus haute? Il existe tellement d'êtres sur cette terre qui souhaiteraient changer de vie, en avoir une autre comme on dit. Il ne s'agit pas tant de l'échanger que de la rehausser. Ne cherchons pas une vie autre, mais une vie haute! Saint-Ex nous y guide encore une fois en écrivant: «Celui qui reconnaît la beauté du paysage, c'est Dieu qu'il trouve.» Ainsi, c'est toute la splendeur de l'univers qui nous est dévoilée en l'œil.

Comment ascensionner dans cette existence qui nous est octroyée? Déjà, «vivre, c'est naître lentement. Il serait un peu trop aisé d'emprunter des âmes toutes faites!», peut-on lire dans *Pilote de guerre* de Saint-Exupéry. Lentement, nous devrions tendre vers une belle vie ou, pour reprendre le souhait de Goethe, faire de notre vie une œuvre d'art. Ainsi, ne deviendrait-elle pas automatiquement œuvre utile?

Inspirons-nous d'abord de Michel-Ange qui affirmait ne rien faire d'autre que de libérer l'œuvre d'art se trouvant déjà à l'intérieur du bloc de marbre. Et s'il en allait de même pour l'être humain et sa vie? Il suffirait de la modeler et la peaufiner jusqu'à en ressentir les profondes émotions liées à la beauté.

Dans un premier temps, nous pouvons accepter cette invitation à la beauté sensible qui passe par la vue, mais également par l'ouïe. Ce que nous percevons avec nos yeux a le pouvoir de nous toucher et de nous émerveiller tout comme ce que nous entendons avec nos oreilles. Le meilleur exemple: la musique. Vous est-il déjà arrivé d'entendre une pièce musicale et d'en avoir la chair de poule

tellement elle vous touche jusque dans les entrailles, jusqu'à l'âme sans doute?

L'écoute de certaines pièces peut produire une véritable catharsis qui, selon Platon, a le pouvoir de séparer l'homme de son ignorance. Il transpose le concept de catharsis à une pratique philosophique, intellectuelle et spirituelle. La catharsis, en purifiant, prépare à l'élévation de l'âme. Si vous prenez le temps d'écouter l'*Ave Maria* de Caccini, par exemple, ou le *Pie Jesu* d'Andrew Lloyd Webber et de ne faire que cela en vous laissant complètement absorber par la mélodie, vous saisirez plus aisément ce concept. La musique pourrait s'apparenter à une caisse de résonance du soi à l'intérieur de l'être. Elle nous permet régulièrement de ressentir toute la gamme des émotions.

L'expérience de cette beauté sensible, avant même de nous éveiller et nous élever, nous prédispose en nous libérant de ce qui nous désunit et nous isole. Doucement, elle guérit l'âme de celui qui la laisse entrer. Est-ce le sous-entendu de Nietzsche lorsqu'il écrit: «Il faut avoir une grande musique en soi si l'on veut faire danser la vie»?

Les mots prononcés par un humain permettent également de ressentir cette beauté sensible. Le «je t'aime» de l'être aimé ou celui du père qui l'a longtemps réfréné, le «je te demande pardon» de celui qui nous a offensé ou toute douce parole d'affection auront un effet incandescent en apportant plus de lumière et de chaleur au cœur. Mais plus encore, la parole extérieure se veut toujours le signe d'une parole intérieure produite par une intelligence: plus celle-ci est lumineuse, plus la parole pourra l'être. Ne décelons-nous pas une beauté suprême dans les grands discours de ceux qui nous inspirent?

In extenso de la parole orale, la parole écrite s'ajoute à la liste des instigateurs de la beauté sensible. La littérature est source de beauté. Quand on lit un poème qui nous touche, un roman qui nous transporte ou un essai qui nous instruit, nous sommes en présence de signes flagrants de la beauté sensible. La question qui se pose est: qu'est-ce qui lit en nous? Les yeux de notre âme peut-être. N'y aurait-il pas plus d'un niveau de vision comme il y a plus d'un niveau d'écoute? Il y aurait sans doute lieu d'ouvrir les yeux et les oreilles de notre âme en quelque sorte pour capter plus en profondeur, pour récolter ce qui est bon pour nous, ce qui nous permettra de nous élever et de croître en conscience. C'est l'appel du Petit Prince à voir avec le cœur pour révéler l'essentiel.

Un proverbe anglais, attribué à Oscar Wilde, nous rappelle que «la beauté est dans l'œil de celui qui regarde». Ne serait-elle pas aussi dans le cœur puisque le corrélatif du beau, c'est l'amour? Cette beauté salvatrice dont parle le prince Mychkin dans *L'Idiot* serait donc à la fois initiée par l'amour et génératrice de ce noble sentiment.

Vous avez sans doute remarqué que l'être humain a tendance à aimer ou rechercher ce qui lui ressemble ou lui correspond. Ainsi, si nous aimons naturellement la beauté, c'est que nous sommes fait pour elle, que nous nous y reconnaissons et que, grâce à elle, nous naissons à nous-même.



«Connaître, ce n'est point
démontrer, ni expliquer.
C'est accéder à la vision.»

Pilote de guerre, Antoine de Saint-Exupéry

La beauté morale

Un jeune homme demande à un vieil homme croisé par hasard s'il se souvient de lui. Comme ce dernier ne semble pas le reconnaître, il lui dit qu'il a été son élève et que, grâce à lui, il est devenu professeur lui-même. Intrigué, l'enseignant demande à l'autre ce qui l'a amené à choisir cette profession.

Le jeune homme lui raconte qu'un jour il a volé la montre neuve de l'un de ses camarades de classe, qui s'était évidemment plaint au professeur dans l'espoir de trouver le coupable du larcin. Voyant que personne n'osait se rendre, l'enseignant avait fait lever tous les élèves pour fouiller leurs poches. Il leur avait toutefois spécifié qu'ils devaient garder les yeux fermés lors de l'exercice. Il avait trouvé la montre dans une poche et avait annoncé: «Ouvrez les yeux, nous avons la montre.»

«Ce jour-là, dit le jeune homme, vous avez sauvé ma dignité en ne me dénonçant pas. Aucune leçon de morale n'avait été donnée, mais le message était clairement passé.» Le vieil homme le regardant d'une drôle de façon, l'ancien élève vérifie si celui-ci se rappelle l'incident. «Je me souviens de la situation, de la montre volée que je cherchais dans toutes les poches, mais je ne me souviens pas de toi, car j'avais également fermé les yeux», avoue le professeur.

Dans un second mouvement, nous identifions la beauté morale. Souvent liée à la justice ou à l'amitié, la beauté morale se traduit non seulement par des ressentis et des émotions, mais elle résulte de certains actes. Elle rappelle ce commandement de la première lettre de saint Jean (3,18): « N'aimons pas en paroles ni par des discours, mais par des actes et en vérité.» Par amour, nous nous portons à la défense des autres, et encore plus de nos amis. La vision des actes qui en découlent touche l'âme et intime à vivre davantage dans un monde de paix.

Essayez de vous souvenir d'un moment où vous avez été ému par la beauté morale. Celui qui contribue, donne de son temps pour aider, défend le plus faible ou accomplit un acte de bonté offre une occasion d'admiration et d'émerveillement à ceux qui en ont conscience. On y perçoit alors la conjonction du beau et du bien comme dans l'acte héroïque ou tout simplement dans le don désintéressé. Plus encore, cette beauté morale nous tire vers le haut en nous donnant l'envie d'en faire autant.

Lorsque nous sommes spectateur d'un acte de bonté, nous assistons à ce qu'Abraham Maslow appelle une «expérience de sommet», c'est-à-dire un moment étonnant et merveilleux qui nous rend reconnaissant d'être en vie.

Jonathan David Haidt, psychologue et professeur d'éthique américain dont les études portent sur la morale, nomme ce type d'expériences des «moments d'euphorie», car elles génèrent une sensation de chaleur dans la poitrine, un désir amplifié d'aider les autres et une connexion plus forte avec tout ce qui nous entoure. Enfin, de nombreuses études scientifiques prouvent que ces actes de bonté ou de beauté morale renforcent le système immunitaire de

celui qui fait l'acte autant que de celui qui le reçoit ou même de ceux qui y assistent.

Le beau provenant de l'éthique, ou science de la morale, s'avère non seulement source d'admiration, mais il nous exhorte à devenir meilleur, davantage tourné vers autrui, avec un désir de bonté et de justice.

D'ailleurs, nous trouvons d'autres exemples de beauté morale liée à la justice en observant les enfants. Cette sensibilité ou ce besoin que justice soit faite se développent très tôt chez eux. Par exemple, les enfants d'une même fratrie mesurent ce qui a été donné pour attester que les parties sont égales. Celui qui vérifie s'assure non seulement que justice est faite pour lui, mais pour tous les autres puisqu'il recherche l'équilibre.

La beauté intelligible

Dans un troisième mouvement, nous pouvons être touché par la beauté intelligible, celle liée à des résultats. Pour Platon, la beauté intelligible, c'est ce qui est perçu par l'intelligence, par opposition à ce qui est décelé par les sens.

Pour l'illustrer, pensons à la beauté pure par excellence des mathématiques ou aux grandes découvertes de notre monde, celles qui nous dépassent parfois, mais qui ont tout changé: la relativité d'Einstein, l'explication des marées et des phases de la lune de Kepler, la micro-informatique de Bill Gates et combien d'autres. Ces êtres humains nous impressionnent par leur intelligence et leurs inventions nous émerveillent.

Einstein a dit: «La créativité, c'est l'intelligence qui s'amuse.» Ne trouvons-nous pas une certaine beauté dans ce qui est différent,

original ou nouveau? Du moins, nous admirons ce qui nous permet d'évoluer en tant que société, ce qui change notre monde pour le mieux.

Et il est amusant de penser à cette réponse que nous donnons parfois pour signifier que nous avons compris: «Je vois.» Le verbe *voir* devient alors synonyme d'intelligence, une autre preuve que l'ultime ou l'essentiel peuvent être invisibles pour les yeux. Toutefois, la beauté intelligible se définit comme ce désir de voir plus loin, de chercher des solutions, de créer et de concrétiser des idées qui paraissaient même utopiques au départ. Comme Thomas l'écrit, «le propre de l'intelligence est de manifester et, comme l'œil, de faire voir».



«Car il s'agit de cueillir
une surprise émerveillée
comme une fleur rare qui naîtrait
une fois l'an dans la neige.»

Citadelle, Antoine de Saint-Exupéry

La beauté spirituelle

Enfin, le quatrième mouvement de la beauté peut être spirituel. Cette beauté spirituelle nourrit la soif d'absolu à l'intérieur de chacun. Elle peut exalter et transfigurer. Dans *Le mythe de Sisyphe*, Albert Camus

y réfère comme étant «ce désir éperdu de clarté dont l'appel résonne au plus profond de l'homme». Il y a effectivement quelque chose de très beau et même de touchant à voir des humains cheminer vers plus d'amour et de lumière.

«Tu ne me chercherais pas si tu ne m'avais trouvé», écrit Blaise Pascal dans ses *Pensées*. Est-ce que cette soif d'absolu chez l'humain serait une réminiscence de ce que nous connaissons déjà à un niveau plus subtil? Derrière le voile de l'oubli originel se cache peut-être une grandeur incommensurable, à l'image de Dieu, que l'homme recherchera toute sa vie.

Toutefois, il pourra manquer sa cible... Le mot *péché* en français, *peccatum* en latin, se traduit en hébreu par *hattath*, qui signifie «rater sa cible». Pour les chrétiens, considérant que Dieu est le but ultime, on en déduit qu'il s'agit de tout ce qui éloigne de Dieu.

Dans une société de consommation, la cible sera ratée si la soif d'absolu s'abat sur des velléités comme l'argent et la gloire. Nous arrêter à des réalités matérielles nous fait dévier du chemin de l'âme et nous éloigne de cette beauté dite spirituelle, car seule la spiritualité pourra combler cette divine appétence.

D'ailleurs, en théologie chrétienne, le beau lui-même est l'un des noms de Dieu. On pourrait aussi parler de beauté théophanique, «où l'on devine Dieu dans la transparence des choses», comme le mentionne si magnifiquement François Garagnon dans son livre intitulé *L'homme qui cherchait la beauté derrière l'apparence des choses*. La beauté a quelque chose de transcendant, car elle nous arrache à notre finitude en nous offrant un sentiment d'éternité.

Dans le bouddhisme, on dit que l'une des caractéristiques du non-désir consiste à percevoir la beauté en toutes choses. Il s'agit d'un

état supérieur au simple attrait sensuel qui, lui, crée le désir. Pour les bouddhistes, traquer la beauté spirituelle permet de vivre davantage dans cet état de non-attachement nécessaire à l'évincement de la souffrance.

Le pape François, lui, appelle les religions à «garder vivante la soif de l'absolu» dans le monde. Pour lui, il importe de s'opposer à «l'un des plus dangereux pièges de notre temps», c'est-à-dire à une vision de l'être humain réduit à ce qu'il produit ou consomme.

Pour toucher cet absolu lié à la beauté spirituelle, toutes les religions invitent à vivre davantage selon des valeurs d'altruisme et de compassion. Nous pouvons tous nous connecter à cette source profonde à l'intérieur de nous, à ce puissant désir d'une vie pleinement vécue. Et il semble que ce grandiose élan intérieur soit fortement mû par la relation à l'autre. Nous y reviendrons dans un chapitre ultérieur.

Rappelons-nous surtout que cette beauté que nous admirons et qui nous nourrit profondément peut revêtir plusieurs formes différentes. À ce sujet, avez-vous déjà entendu parler de l'art du Kintsugi? On appelle également cette technique japonaise l'art de la résilience. On répare des pièces de céramique brisées en recollant les morceaux avec un matériau noble, de la poudre d'or par exemple.

Nous avons tous été brisés à des moments de notre vie, certains plus que d'autres, mais nous avons la responsabilité de nous réparer en quelque sorte. Comment? En permettant à la lumière de s'immiscer à travers nos failles, en rayonnant de l'intérieur vers l'extérieur, et non le contraire. Quel est le plus grand générateur de lumière en ce monde selon vous? L'amour, bien sûr.

Un jour, le père Germain Grenon du Foyer de charité Notre-Dame d'Orléans a dit ceci: «Imaginez un monde où les humains se sentiraient tous profondément aimés, de manière inconditionnelle. Comment agiraient-ils? Comment mèneraient-ils leur vie au quotidien? Cela changerait bien des choses, non?»

Et si nous devenions plus conscient de cette possibilité d'amour profond et fécond à l'intérieur de nous? Nous le nourririons en colmatant nos fissures de vie, en laissant entrer plus de lumière. Pour cela, il nous faudrait possiblement ralentir la cadence, voire nous arrêter pour percevoir la beauté et nous en émerveiller.

Puis, en contemplant cette beauté qui nous émeut, rappelons-nous que nous en faisons partie puisque nous sommes créé. Honorons cette part de divine création en nous, en l'autre, même dans les moments de difficultés et de souffrance.

Rien à prouver, rien à faire d'autre que de se laisser modeler et recréer par l'amour et, ainsi, les failles ne pourront que se remplir de lumière. N'est-ce pas l'un des plus majestueux exemples de la beauté en ce monde?

Cherchez la beauté, vous trouverez l'amour!

LA QUÊTE DE SENS



Qu'est-ce qui nous donne envie de vivre?

*Mais ils ne trouvent pas le sens des choses
parce qu'il n'est point à trouver mais à créer.*

Citadelle, Antoine de Saint-Exupéry

Alors qu'il se trouve en pèlerinage à Chartres, le célèbre écrivain Charles Péguy aperçoit un homme fatigué qui casse des cailloux au bord du chemin. Lorsque Péguy l'approche et lui demande ce qu'il fait, le pauvre homme répond: «Vous voyez bien, je casse des cailloux, c'est dur, j'ai mal au dos, j'ai soif, j'ai faim. Je fais un sous-métier, je suis un sous-homme.»

Le pèlerin poursuit sa route et rencontre quelques mètres plus loin un second casseur de pierres qui a l'air moins mal en point que le premier. Il lui pose la même question. «Eh bien, je gagne ma vie, s'exclame l'homme. Je casse des cailloux, je n'ai pas trouvé d'autre métier pour nourrir ma famille, je suis bien content d'avoir celui-là.»

Enfin, Charles Péguy croise un troisième casseur de cailloux qui, lui, est tout sourire et semble radieux. Intrigué de savoir ce qu'il fait de différent des deux autres pour être dans un tel état d'esprit, le

promeneur lui demande ce qu'il fait, ce à quoi il répond: «Moi, monsieur, je bâtis une cathédrale.»

Pourquoi sommes-nous ici? Pourquoi nous activons- nous chaque jour qui passe? Sommes-nous des spectateurs fatigués et blasés de la vie ou les acteurs enthousiastes et créatifs de ce cadeau d'existence qui nous est octroyé? La question du sens de la vie demeure la question humaine par excellence. La vie a-t-elle un sens? Si oui, lequel?

Bâtir sa propre cathédrale

Si l'on se réfère à la citation d'Antoine de Saint-Exupéry en exergue de ce chapitre, l'une des meilleures façons de donner un sens à sa vie consiste à le créer. Dans cette perspective, il ne s'agit plus simplement de chercher ce qui nous donne envie de vivre, mais de le provoquer, d'en devenir le maître d'œuvre pour ainsi bâtir notre propre cathédrale. Saint-Exupéry nomme d'ailleurs «cathédrale spirituelle» cette communauté humaine qu'il nous faut construire.

Il est question ici de responsabilisation et de dynamisme intérieur, de cette envie de s'élever pour mieux vivre, de devenir un bon vivant, présent, émerveillé et agissant pour le beau et le bien.

Nous en retrouvons un merveilleux exemple dans le film *La vita è bella* de Roberto Benigni. Si vous avez vu ce chef-d'œuvre digne d'un conte philosophique, vous vous rappelez sans doute le personnage de Guido qui est envoyé dans un camp de concentration avec son fils. Pour protéger ce dernier de l'horreur, il lui fait croire qu'il s'agit d'un jeu dont l'ultime récompense est un vrai char d'assaut. Nous avons là une délicieuse analogie avec la vie qui se veut un mélange de

moments heureux et de moments souffrants, de victoires et de défaites, d'ombre et de lumière, d'amour et d'appels à l'amour.

Que choisirons-nous de mettre en œuvre au cours de notre vie? Car est-il nécessaire de rappeler que, comme il faut donner pour recevoir, il faut bâtir avant d'habiter?



«Il faut les pousser, pensait-il,
vers une vie forte qui entraîne
des souffrances et des joies,
mais qui seule compte.»

Vol de nuit, Antoine de Saint-Exupéry

Vers l'infini

Le vide existentiel pourrait-il être la pierre de touche de cette quête de sens, ce qui permettrait d'abreuver dignement notre soif d'absolu? Pour amorcer l'inspirante odyssée, rien de mieux que de réveiller nos passions, harmonieuses il va sans dire. Comme le mentionne Hegel, «rien de grand ne s'est accompli dans le monde sans passion».

Qu'est-ce qui stimule notre force ou notre pulsion de vie? Il s'agit en quelque sorte du supplément de vie en chacun, de cet extra subtil de dynamisme qui fait osciller la balance vers l'envie de vivre plutôt que vers celle de mourir.

La recherche d'un idéal élevé peut y contribuer. Selon Renée Zeller, il s'agit d'ailleurs de l'idée centrale de Saint-Exupéry: «Rien et personne n'existe s'il n'est ferment, générateur de vie plus haute.» Et quel est le meilleur moteur de cette «vie haute»? L'amour encore et toujours.

L'être humain commence à exister vraiment au moment où il est reconnu par un autre humain. C'est primordial pour le développement de l'estime personnelle. La sensation d'être profondément aimé, la reconnaissance ultime par l'amour, voilà la source première d'une vie qui fait sens, un autre merveilleux générateur d'envie de vivre.

Saint-Exupéry va encore plus loin en parlant de jeter l'être hors de sa médiocrité afin qu'il devienne la meilleure version de lui-même. C'est d'abord le rôle de l'apôtre, c'est aussi celui de l'artiste. «Le créateur ou le poète n'est point celui qui invente ou démontre, dit l'auteur de *Citadelle*, mais celui qui fait devenir.»

La plus célèbre théorie du philosophe Hegel appelée «dialectique du maître et de l'esclave» témoigne de cette possibilité de se réaliser de diverses façons, même dans des situations laissant percevoir le contraire. L'esclave est dépendant du maître, sous ses ordres, mais à force de travail, il peut développer certaines compétences et gagner à la fois une assurance et une confiance en ses capacités. Ainsi, il se réalise et, s'appuyant sur le produit de son labeur, il parvient même à revendiquer une certaine liberté. Pendant ce temps, le maître, lui, risque de demeurer passif, sans possibilité d'accomplissement.

Les apparences sont parfois trompeuses et les rôles peuvent s'inverser tout comme nos perceptions de sens peuvent évoluer. L'homme oscillera toujours entre l'infinie grandeur qui se déploie en

lui et l'élève, et sa petitesse de simple humain qui le pousse parfois en sens inverse, dans des comportements moins édifiants.



«L'essentiel n'est point des choses,
mais du sens des choses.»

Citadelle, Antoine de Saint-Exupéry

L'intensité

Pour trouver ou donner un sens à notre existence, nous aurons sans cesse besoin d'une direction, d'un cheminement et d'une réalisation. Les buts et objectifs nous orientent vers l'accomplissement. Même l'être qui se dit sans ambition a un but, celui de vivre détaché de tout objectif. En ce sens, il se donne également une direction, il tend vers un exaucement.

En cheminant vers un but précis, nous vivons diverses expériences, parfois heureuses, parfois souffrantes ou même désespérantes, qui, au long cours, nous forgent et nous permettent d'apprendre à mieux nous connaître.

«Être ou ne pas être, c'est là la question», phrase emblématique du théâtre de Shakespeare, nous invite à relever le défi de l'intensité de notre mode de vie. Le sens de l'existence ne fait pas dans la mièvrerie. Au contraire, il a besoin d'être réveillé et de demeurer éveillé. «Être ou ne pas être» devient alors «vivre ou ne pas vivre» ou, comme le disait Confucius, «la vie ne se mesure pas par le

nombre de respirations prises, mais par le nombre de moments qui nous ont coupé le souffle».

Qu'allons-nous créer en cette vie? Que laisserons-nous comme trace de notre passage sur cette terre? Voilà des questions génératrices de sens. Quels sont ces élans de l'âme qui nous travaillent de l'intérieur, ces intuitions de ce que nous pourrions réaliser au cours de notre existence? N'y a-t-il pas d'irrésistibles envies en nous qui sont demeurées depuis trop longtemps inassouvies? Qu'est-ce qui donnerait plus d'intensité authentique à notre vie? Ce sont là des pistes de réflexion à mettre en action pour cheminer, déployer notre potentiel et ainsi donner un sens à notre existence. En cours de route, nous développerons de nouvelles aptitudes, nous ferons des rencontres déterminantes, nous saisirons des leçons; en somme, nous vivrons plus intensément.

La perception et la quête de sens

Étymologiquement, le mot *perception* vient de *percipere*, qui signifie «saisir par les sens», mais aussi de *perceptio*, qui veut dire «action de recevoir». Saisir par les sens nous permet d'approcher l'essence, de voir au-delà ou au travers d'elle. Nous avons là un processus davantage intuitif qui demande présence, conscience et imagination.

Nous aimons penser que l'imagination est le dévoilement de ce qui existe déjà, comme si nous parvenions à voir plus loin, plus grand ou plus profondément. Elle ouvre le canal intuitif nous permettant de mieux comprendre le sens de ce qui nous arrive. Ainsi, nous recevons des réponses essentielles à notre cheminement.

Nos perceptions sont influencées par nos filtres. Avons-nous l'habitude de voir les choses de manière plutôt négative ou de

manière plutôt positive? Ne dit-on pas que l'on tend à trouver ce que l'on cherche? Il s'avère préférable de chercher des explications lumineuses, celles qui nous font grandir et nous rendent plus fort et confiant en la vie.

Par exemple, vous perdez votre emploi. Évidemment, vous risquez d'abord d'être dévasté. Mais dans cette lente acceptation de ce qui est, vous pourriez aussi en profiter pour percevoir ou chercher le sens de ce qui vous apparaît comme un drame. Car ce pourrait être une bénédiction. En voici quelques hypothétiques preuves:

- Un emploi beaucoup plus intéressant vous attend et vous aviez besoin d'être extirpé de votre zone de confort pour y accéder.
- Vous allez enfin rencontrer le grand amour au sein de l'entreprise qui vous embauchera prochainement.
- La compagnie qui vient de vous congédier fera l'objet d'un scandale dans les prochains mois. Le fait de n'en plus faire partie vous évitera bien des tourments.

Nous pourrions allonger la liste au gré de notre imagination et des infinies possibilités. Voilà pourquoi il s'avère essentiel de prendre un temps d'arrêt lorsque les événements se bousculent, un moment tampon pour essayer de voir plus loin et ainsi s'ouvrir pour se préparer au meilleur de ce que la vie a à offrir, même si cela passe par des expériences douloureuses ou des périodes difficiles.

Tout au long de notre existence, nous vivons des points de bascule de la sorte, qu'ils soient de l'ordre du dramatique ou de l'extatique. Il nous incombe de sans cesse en chercher le sens et en profiter pour prendre de l'expansion, pour croître et laisser advenir notre

magnanimité. Saint Grégoire de Nysse a dit: «Nous sommes ainsi, en un sens, nos propres parents.»

Il ne faut jamais rien tenir pour acquis ni se barricader derrière des idées toutes faites ou, pire encore, derrière des peurs irraisonnées. Au contraire, nous aurions avantage à adopter et conserver cette posture du débutant qui a tout à découvrir et à apprendre. Cet exercice de recherche de sens est difficile, voire impossible pour celui qui est uniquement mené par son ego, celui qui se perçoit déjà comme une œuvre achevée et pour qui la vie se limite à une expérience terrestre avec une finitude.

Le début de la perception du sens de la vie ne viendrait-il pas de l'acceptation de ce qui est? Et si nous parvenions à aimer ce qui est dans sa totalité? Nous en reparlerons dans le prochain chapitre sur le bonheur.

Nous pourrions comparer la vie à un roman. Notre histoire a son fil conducteur et elle évolue dans les joies comme dans les écueils. Toutefois, son dénouement pourra être riche d'enseignements. Le héros que nous sommes porte en lui la possibilité d'un triomphe par l'apprentissage de majestueuses leçons.



«Nous ne demandons pas à être
éternels, mais à ne pas voir les actes
et les choses tout à coup

perdre leur sens. Le vide qui nous entoure se montre alors...»

Vol de nuit, Antoine de Saint-Exupéry

Faire fructifier la vie

Chaque être humain est doté de talents, de qualités et d'aptitudes qui lui permettent de déployer son plein potentiel en cette vie. Car chacun est responsable de mettre à profit ce qu'il possède déjà, ce qu'il a reçu. De là l'importance de trouver sa voie, son *ikigai*, comme disent les Japonais. L'*ikigai* se traduit par «raison d'être» ou «joie de vivre». Nous le découvrons en déterminant nos forces, notre mission, notre vocation et ce qui nous passionne. Ainsi, nous pouvons vivre notre vie en pleine lumière ou sur notre X, pour reprendre une expression de théâtre au Québec. Sur scène, les comédiens doivent se tenir sur le X qui a été préalablement délimité sur le plancher. De cette façon, ils s'assurent d'être en pleine lumière afin de permettre aux spectateurs de mieux les voir.

Au cours de son existence, l'être humain a intérêt à apprendre à se connaître pour s'épanouir et se réaliser. C'est ce que déclare la célèbre inscription sur le fronton du temple de Delphes, approfondie par Socrate: «Connais-toi toi-même et tu connaîtras l'univers et les dieux.» C'est la base de toute vie afin qu'elle produise des fruits.

Cela n'est pas sans rappeler cette parabole fort connue (Évangile selon saint Matthieu, chapitre 25, versets 14 à 30), celle où le maître distribue à ses serviteurs la somme de ses biens. Au premier, il donne cinq talents, au second, deux talents, et au troisième, un seul. Les deux premiers font fructifier ce qu'on leur a attribué tandis que le

troisième, jugeant qu'il a déjà si peu reçu, décide de cacher son talent pour ne pas le perdre. À ce dernier, le maître enlève l'unique talent offert pour le remettre à celui qui a le plus fait croître son avoir.

Parmi toutes les interprétations possibles de cette parabole, nous pouvons retenir celle-ci: l'humain doit être fécond non seulement dans sa capacité de se reproduire, mais aussi dans celle de servir son existence, son prochain et de contribuer à l'épanouissement de son être et de la vie qui lui a été accordée. «Il faut exiger de chacun ce que chacun peut donner», dit le roi au Petit Prince.

Servir, contribuer et œuvrer pour un monde meilleur donne une signification à notre existence. Le fait de tendre vers le mieux pour nous-même, pour les autres et pour la vie crée du sens et nous confirme notre juste place en ce monde. «Ce n'est point dans l'objet que réside le sens des choses, mais dans la démarche», nous dit Saint-Exupéry.

Non seulement il nous est demandé de faire fructifier ce que nous avons reçu, mais nous sommes responsable d'inspirer ceux qui croiseront notre route à en faire autant. Ce que nous percevons de beau ou de bien chez l'autre doit être mis en lumière. Ainsi, par un effet de connaturalité, nous pourrions retrouver en nous-même ce que nous admirons chez l'autre ou, du moins, tendre vers cette fin. C'est peut-être ce qui explique en partie l'immense succès du Petit Prince; il nous a charmé, il a touché notre âme et nous l'avons cherché à l'intérieur de nous...

À l'instar du Petit Prince et de sa rose, nous devrions considérer cette vie comme étant ce qui compte le plus au monde. Nous sommes responsable de la chérir, d'en prendre soin et de la faire fructifier.

Ainsi, non seulement nous nous mettrons à fleurir, mais nous nous fabriquerons les plus beaux souvenirs qui soient.

Si fragile et si précieuse

L'existence est fragile et c'est ce qui la rend si digne et si précieuse. Malheureusement, il arrive que nous nous laissions choir dans un mode automatique, oubliant que le temps passe à vive allure et que notre devoir consiste à honorer la vie. Certains diraient que nous sommes en zone de confort, même si celle-ci n'est pas très heureuse. Un malheur peut aussi devenir confortable... Le mode victime parvient à prendre ses aises. Nous oublions alors notre grandeur et notre puissance. Nous nous laissons mener par les aléas de l'existence nous croyant impuissant. Pourtant, si l'on étudie la vie des personnages les plus inspirants de l'histoire, on constate à quel point ces derniers ont mis en œuvre toutes leurs capacités, utilisant volonté, détermination et confiance pour accomplir ce qui semblait irréalisable pour la plupart.

Si vous avez été malade ou, pire, si vous avez frôlé la mort, vous savez à quel point ces états créent un éveil. Un sentiment d'urgence de vivre apparaît et vous entraîne dans une course contre la montre pour reprendre le temps perdu à n'avoir pas assez vécu. L'intensité dont nous parlions plus tôt arrive souvent en trombe lors de ces moments déterminants.

Comment nous aider nous-même, et aider les autres, à ne pas attendre l'inéluctable pour commencer à vivre? Chaque jour qui se lève est une occasion de vivre plus pleinement, de percevoir le sens ou de choisir de le créer consciemment.

En 1897-1898, à Tahiti, Paul Gauguin peint une toile intitulée *D'où venons-nous? Que sommes-nous? Où allons-nous?*. Cette œuvre, qui demeure parmi les plus appréciées à ce jour, démontre le questionnement de Gauguin à propos du sens de la vie. Elle illustre parfaitement les trois plans couverts par la notion de sens.

Le premier plan renvoie à la raison, au fondement, à la valeur que l'on trouve dans l'origine. Le deuxième s'intéresse à la signification et s'inscrit dans le présent. Au troisième et dernier plan, on cherche une direction ou un but à atteindre; ce plan se situe davantage dans le futur et propose une possible évolution.

Nous pouvons en déduire que le fait de nous interroger sur le sens de la vie (ou de notre existence propre) nous permet à la fois de vivre plus pleinement, mais aussi d'unifier le passé, le présent et le futur. À la fin de la route, notre existence nous apparaîtra comme un chef-d'œuvre qui aura été non seulement créé, mais peaufiné au fil du temps. C'est peut-être ce qui nous aidera à rendre l'âme de manière pacifiée. Comme l'écrit Saint-Exupéry dans *Terre des hommes*, «quand nous prendrons conscience de notre rôle, même le plus effacé, alors seulement nous serons heureux. Alors seulement nous pourrons vivre en paix et mourir en paix, car ce qui donne un sens à la vie donne un sens à la mort».

LE BONHEUR



Qu'est-ce qu'une vie heureuse?

*Si tu veux comprendre le mot «bonheur»,
il faut l'entendre comme récompense et non comme but.*

Carnets, Antoine de Saint-Exupéry

Dans la célèbre allégorie de la caverne de Platon, des hommes vivent enchaînés dans une grotte souterraine, contemplant des ombres projetées sur le mur devant eux. Là se trouve leur unique réalité, tout ce qu'ils sont en mesure de percevoir.

Lorsque l'un d'entre eux est libéré et sort de la caverne, il découvre un monde lumineux. Il comprend alors que les autres prisonniers et lui vivaient dans une illusion. Fort de cette découverte, il retourne dans la grotte pour tenter de libérer ses codétenus en leur parlant de cet autre monde beaucoup plus intéressant. Malheureusement, ces derniers ne comprennent pas ce qu'il essaie de leur transmettre. Et c'est ainsi qu'ils demeurent dans l'illusion.

Cette allégorie nous offre plusieurs leçons. Elle nous rappelle, entre autres choses, que l'homme vit trop souvent dans une illusion du réel. Il passe son existence à se laisser berner par le monde matériel et sensible dans lequel il se trouve. Platon nous encourage à

sortir de ce monde pour rejoindre celui des idées. Selon lui, seules la connaissance et la philosophie peuvent nous affranchir de l'illusion et nous permettre d'accéder à la liberté et ultimement au vrai bonheur. Le philosophe, ou celui qui a entrepris sa démarche de connaissance, a le devoir moral d'aider ses pareils à s'éveiller à leur tour. Le philosophe, c'est l'allumeur de réverbères dans *Le Petit Prince*, celui qui réveille et éveille la vie en chacun de nous.

La définition du bonheur

Un bonheur reposant sur des illusions ne peut être véritable, profond et durable. Selon Platon, le vrai bonheur se conquiert en allant au-delà de l'illusion. Il se situe davantage dans la réelle perception de ce qui est, et dans son acceptation. Il se situe également dans notre faculté de discernement et notre capacité d'accueillir la vie comme une expérience de croissance.

Tout ce à quoi nous appartenons nous asservit et nous coupe du bonheur profond. Nos croyances, nos programmations et nos habitudes nous enchaînent comme les prisonniers dans la caverne de Platon. Aujourd'hui, nous pouvons y inclure l'emprisonnement par les écrans et par l'utilisation extrême de la technologie qui nous éloigne du monde réel.

«Le bonheur, c'est de réaliser sa nature profonde», affirme le grand philosophe Baruch Spinoza. Tout être vivant tend à croître et à se réaliser. La nature nous le prouve constamment. C'est ce que l'on appelle le «processus d'individuation» en psychologie. Au-delà de nos conditionnements sociaux et culturels, nous devons découvrir qui nous sommes et ce pour quoi nous sommes fait. Jamais on n'a vu une rose essayer de devenir une marguerite! Il n'y a que les humains

qui essaient de devenir ce qu'ils ne sont pas... Et c'est de cette façon qu'ils s'éloignent de la vie heureuse.

Étymologiquement, le mot *bonheur* provient de deux mots latins: *bonum* et *augurium*. Le premier signifie «bon, positif, favorable» tandis que le deuxième se traduit par «s'accroître». Le bonheur se définit par un état de contentement qui peut être permanent, sinon durable, et qui peut croître.

C'est également la définition du bonheur eudémonique, qui associe le bonheur à la croissance personnelle, à l'accomplissement de soi et à une vie qui a du sens. Il s'agit du fonctionnement psychologique optimal. On le différencie du bonheur hédonique, qui est lié à la recherche du plaisir et à l'évitement de la souffrance. Le bonheur hédonique est certes agréable, mais pour la profondeur et la durée, mieux vaut aspirer au bonheur eudémonique. Surtout, dans notre quête du plaisir, il nous faut favoriser la qualité plutôt que la quantité, sinon ces mêmes plaisirs deviendront dépendances et, donc, sources de malheur.

Dans le courant de la psychologie positive, deux psychologues américains, Edward L. Deci et Richard M. Ryan, abordent la théorie de l'autodétermination, qui suggère que le bonheur est lié à la satisfaction de trois besoins psychologiques fondamentaux: l'autonomie, la compétence et l'appartenance sociale. Selon cette théorie, le besoin d'autonomie est assouvi si la personne peut choisir et organiser elle-même ses activités, sans personne pour la contrôler. La notion de compétence renvoie à l'efficacité. L'individu cherche à améliorer ses compétences et à relever des défis. Finalement, le besoin d'appartenance sociale se comble par des relations interpersonnelles harmonieuses empreintes de respect mutuel.

Martin Seligman, celui que l'on nomme le père de la psychologie positive, propose un bonheur authentique comportant trois composantes:

- Une vie plaisante. C'est la composante hédoniste mentionnée plus haut, la recherche du plaisir et l'évitement de la souffrance.
- Une vie significative. On entend par là une vie qui a du sens, qui vise l'élévation de l'être en contribuant au bien commun.
- Une vie engagée. C'est la théorie de l'expérience optimale (*flow*) présentée par le chercheur Mihaly Csikszentmihalyi. On y retrouve des activités qui nous engagent complètement et nous permettent de donner le meilleur de nous-même.

Trois questions peuvent nous guider vers la satisfaction de ces composantes du bonheur authentique:

- Qu'est-ce qui nous procure du plaisir?
- Qu'est-ce qui est important pour nous?
- Quelles sont nos forces et nos aptitudes?

Parmi les principaux signes de la vie heureuse se trouvent l'envie de partager et d'être en relation, l'appréciation des petites choses du quotidien ou la gratitude, la capacité de gérer le stress, de ne pas s'énerver pour des pacotilles et de voir le bon côté des choses. Selon les études sur le sujet, les gens heureux ont des buts et des objectifs. Ils se réjouissent du succès des autres, ils savent vivre davantage dans le moment présent en évitant de ressasser le passé ou d'appréhender l'avenir à outrance. Enfin, ces gens ne mènent pas une recherche effrénée du «toujours plus», mais ils se contentent de ce qu'ils ont déjà.

Pour le penseur français Blaise Pascal, tout être humain, au plus profond de lui-même, désire être heureux. Les parcours qu'il empruntera pour y arriver peuvent diverger, et ce, même à l'extrême. Par exemple, celui qui va se pendre croit cheminer vers le bonheur. Du moins, il pense que la mort mettra fin à ses souffrances. De là l'importance de cerner les sources potentielles de bonheur profond et durable susceptibles de mener à une existence heureuse.

Les sources du bonheur

Qu'est-ce qui peut nous rendre heureux? Nous croyons parfois à tort que plus d'argent ou plus de pouvoir par exemple amplifieront notre bonheur. En fait, ils ne sont que des moyens. De l'argent ou du pouvoir pour faire quoi? Voilà la question que nous devons nous poser pour une meilleure piste vers le contentement. Évidemment, ces moyens doivent servir le bien commun, sinon nous risquons la déchéance liée aux désirs ou tentations insatiables.



«Ils croupissaient dans l'illusion
du bonheur qu'ils tiraient de biens
possédés. Alors que le bonheur
n'est que chaleur des actes
et contentement de la création.»

Citadelle, Antoine de Saint-Exupéry

Le Petit Prince nous en donne de parfaits exemples grâce aux différents personnages rencontrés sur leur planète respective: un roi pour qui le bonheur passe par l'asservissement de ses sujets, un vaniteux qui se complaît dans le fait d'être admiré, un buveur qui boit pour oublier et un businessman qui ne fait que calculer et s'imaginer qu'il peut tout posséder.

Et si l'on cherchait plutôt la joie? C'est la voie prônée par Spinoza, qui la définit comme «le passage de l'homme d'une moindre à une plus grande perfection». La joie fait rayonner les êtres humains parce qu'elle provoque naturellement l'état de plénitude, contrairement à la tristesse qui, elle, est davantage liée à un sentiment de vide intérieur.

Notre principal instrument de mesure pour savoir si nous cheminons ou non vers un état de bonheur est donc émotif et il oscille entre ces deux pôles: la tristesse et la joie. L'un annonce que nous faisons fausse route tandis que l'autre célèbre l'accomplissement de qui nous sommes profondément. Pour reprendre les mots si justes de Robert Louis Stevenson, «manquer la joie, c'est tout manquer».

Qu'est-ce qui nous permet de ressentir la joie? Les petits plaisirs de la vie sans doute, mais de manière plus importante, le savoir, la curiosité qui nous pousse à vouloir apprendre (et non celle liée à la consommation) ainsi que la contemplation qui nous rend plus présent. On fait référence ici à la Présence avec un grand *P*, celle qui éveille et élève. La présence nous rend plus attentif à ce que nous faisons et de cette manière de vivre découle un bien-être salvateur.

Supposons que le plus grand créateur de joie soit l'amour. Il suffirait alors à chacun de trouver ce qu'il aime. Ainsi devrait-on

guider les enfants (et les adultes ayant dévié de leur chemin) pour qu'ils fassent leurs propres choix à la mesure du pétilllement de leur cœur. Si nous étions capable de retrouver tous ces moments de brillance, nous récolterions plusieurs pistes d'action vers la joie, la plénitude de l'être et le bonheur. Car comme l'écrit Blaise Pascal, «le cœur a ses raisons que la raison ne connaît point».

Le pétilllement pourrait se comparer à l'étincelle intérieure, celle qui allume le feu du pleinement vivant en nous. C'est non seulement ce qui nous pousse à nous épanouir et nous réaliser, mais ce qui nous procure le bonheur simple d'exister.

Antoine de Saint-Exupéry s'insurge contre l'aliénation humaine. Il dénonce une culture qui interdit à l'homme d'être lui-même et le prive ainsi de son essentiel. C'est cette graine de possibilité dont on n'a pas pris soin ou, pire encore, qui s'est vue circonscrite dans sa croissance. «Ce qui me tourmente, ce n'est point cette misère, dans laquelle, après tout, on s'installe aussi bien que dans la paresse [...] Ce qui me tourmente, ce ne sont ni ces creux, ni ces bosses, ni cette laideur. C'est un peu, dans chacun de ces hommes, Mozart assassiné», écrit-il dans *Terre des hommes*.

En nous assurant de nourrir positivement les enfants, en mettant l'accent sur leurs forces et leurs attirances naturelles et en leur offrant un cadre susceptible de les encourager, nous éviterons les «Mozart assassinés». Le Petit Prince ne demeure-t-il pas un parfait exemple de ce jeune Mozart qui n'a pas été assassiné et qui exhorte les adultes à le suivre dans cette voie d'éveil ou du souvenir de l'essentiel?

Comme un ultime rappel, Saint-Ex nous offre cette phrase sublime, la dernière de son livre intitulé *Terre des hommes*: «Seul

l'Esprit, s'il souffle sur la glaise, peut créer l'Homme.» Le vrai bonheur ne consisterait-il pas à laisser notre nature profonde nous créer?

La grâce

Du grec *charis*, proche de *chara*, qui signifie «joie», le mot *grâce* peut être associé à ce qui est gratuit, à un cadeau. Le bonheur est une grâce qui nous est accordée si nous en cultivons les sources nommées plus haut.

Le bonheur viendrait donc par surcroît à celui qui s'en occupe. Oui, le bonheur s'apprend et c'est même bon pour la santé, dit Voltaire. Par contre, il ne faut pas non plus le chercher à tout prix, sinon cette quête risque davantage de nous rendre malheureux. Le bien-être ne se trouve pas dans le contrôle et il ne peut être forcé. Au contraire, il se présente telle une grâce lorsque nous nous libérons de ce qui entrave la réalisation de notre nature profonde.

Le bonheur vient du lâcher-prise, d'une certaine manière de danser avec la vie en nous ouvrant et en cherchant les occasions à saisir dans les difficultés. Qu'est-ce que la vie essaie de nous dire? Comment pouvons-nous lui être plus attentif et répondre à ce qu'elle souhaite faire à travers nous? En voilà d'heureuses questions!

La grâce évoque la notion de gratitude ou le fait de constater et reconnaître ce qui nous fait du bien, comme le propose le chercheur en psychologie Robert Emmons. Remercier pour les cadeaux de la vie et pour nos moments heureux nous permet d'amplifier la joie, mais nous conditionne aussi à être plus présent pour découvrir davantage de sources de gratitude. C'est un cercle vertueux aux multiples bénéfices.

En ressentant de la gratitude pour ce qui nous est octroyé, nous demeurons humble et nous remarquons que bonheur rime souvent avec simplicité. Une simplicité enfantine qui rejoint la description de l'état de bonheur des taoïstes. Il s'agit également de l'un des enseignements des Évangiles qui nous suggère de redevenir de petits enfants. Pour cela, nous aurons intérêt à cultiver non seulement la simplicité, mais l'étonnement, la spontanéité, l'authenticité et l'émerveillement.

Vivre éveillé

À l'origine, le mot *enthousiasme* suggérait une inspiration par le divin ou une communication divine. Aujourd'hui, le terme a perdu sa connotation suprême, mais il témoigne toujours d'une dévotion complète à un idéal se traduisant par un état de grande joie ou d'excitation.

Inspirés par Spinoza, les philosophes Robert Misrahi et Bruno Giuliani prétendent que l'enthousiasme et la sérénité s'avèrent des composantes essentielles au bonheur. Le bonheur pour eux se définit comme «une joie capable de combler la totalité de la conscience, ce qui demande à la fois d'éprouver une totale confiance – sérénité – et une totale motivation – enthousiasme». Ne s'agit-il pas du pétilllement intérieur mentionné plus haut?

Selon Aristote, la folie, le sommeil et la mort sont les contraires de la philosophie. Personne ne souhaite vivre endormi ni totalement inconscient, ni devenir ce mort-vivant dont parle Einstein: «J'éprouve l'émotion la plus forte devant le mystère de la vie. Ce sentiment fonde le beau et le vrai, il suscite l'art et la science. Si quelqu'un ne connaît pas cette sensation ou ne peut plus ressentir

étonnement ou surprise, il est un mort-vivant et ses yeux sont désormais aveugles.»

Mieux vaut vivre éveillé qu'endormi, paresseux ou dispersé, sinon nous serions une loque humaine, fuyant notre propre vie, allant jusqu'à nous sauver de nous-même. On retrouve cette notion d'éveil nécessaire au bonheur chez les bouddhistes.

Pour nous éveiller et poursuivre ce cheminement heureux, nous pourrions inventer nos propres rituels, car ce sont nos habitudes qui forgent notre habitat essentiel, notre caractère. C'est ce que nous rappelle la double étymologie du mot *éthique*: *ethos*, qui signifie «habitudes, mœurs», et *êthos*, qui désigne l'antre, la demeure ou le caractère. Nous devons nous habiter puis prendre soin de cet intérieur, le fortifier et le glorifier. Selon les recherches en psychologie positive, c'est ce qui nous inspirera à choisir des actions qui ont le pouvoir de changer notre vie pour le mieux.

Sonja Lyubomirsky et ses collègues chercheurs Ken Sheldon et David Schkade ont découvert qu'il existe trois types de déterminants du bonheur. La génétique compterait pour 50%, et les circonstances de la vie, pour 10%. Il reste donc 40% de notre bonheur lié à ce que nous faisons pour être heureux. De là l'importance d'adopter des habitudes génératrices de bonheur.

Par contre, il faut nous méfier de ce que l'on appelle l'«adaptation hédoniste», ou «accoutumance hédoniste», qui risque de nous rendre blasé devant le bonheur en le tenant pour acquis. Nous connaissons tous des gens qui collectionnent les nouveautés parce qu'ils se lassent rapidement de ce qu'ils consomment, qu'il s'agisse d'objets, d'expériences ou même de relations. Pour contrer ce phénomène d'habituation, on nous suggère d'éviter la routine et de

cultiver la gratitude. Apprécions les petits miracles de la vie comme l'eau courante, le droit de vote ou le simple fait d'être vivant. Tous n'ont pas cette chance. Savourons davantage ces petits bonheurs si précieux.

Un nouvel apprentissage, un talent à développer, la pratique de la gratitude ou de la contemplation, la méditation ou toute autre activité qui nous fait du bien peuvent devenir des rituels de bonheur. L'intérêt pour les arts sous toutes leurs formes, qu'il s'agisse d'en maîtriser un ou simplement d'en faire une source d'admiration, générera en nous félicité et contentement. Enfin, le bonheur doit également devenir une quête collective si nous souhaitons lui faire prendre davantage d'ampleur. Le bonheur est un don à partager.

Généreux et heureux vont de pair selon plusieurs recherches scientifiques. «Il y a plus de bonheur à donner qu'à recevoir», nous rappellent les Évangiles. «Plus je te donne, plus je possède», déclare Juliette dans *Roméo et Juliette*. Faire plaisir à l'autre, le voir sourire de satisfaction, avoir l'impression d'aider et de contribuer à son bonheur nous procure ravissement et sentiment d'utilité. Ainsi, c'est en donnant que l'on reçoit le bonheur.

Carpe diem

Finalement, le bonheur ne serait-il pas un devoir de l'être humain? Du moins, nous en sommes responsable et, en le cultivant, il ne pourra que faire fleurir notre entourage. De cette façon, nous honorerons cette vie qui nous a été donnée. Car quel est l'intérêt d'une vie malheureuse? Toutefois, le malheur se frayera toujours un chemin à certains moments. Notre devoir n'en deviendra que plus

grandiose puisqu'il nous sera demandé d'être heureux malgré ces circonstances défavorables.

«*Carpe diem*», écrit Horace dans un poème. «Cueille le jour présent sans te soucier du lendemain.» Ou comme le dit le proverbe, «à chaque jour suffit sa peine». L'homme devrait cueillir chacune de ses journées comme s'il s'agissait d'une chance unique. Profiter du moment présent invite à en tirer toutes les joies possibles sans se soucier ni du jour ni de l'heure de sa mort. Pour le poète Pierre de Ronsard, cela se traduit par «cueillez dès aujourd'hui les roses de la vie». La rose, dans la poésie française du XVI^e siècle, rappelle la brièveté de la vie, car elle se fane rapidement; il faut donc la cueillir dès sa floraison. N'en va-t-il pas de même pour chaque jour qui passe? Peut-être est-ce aussi la meilleure façon de parvenir à aimer toute la vie, un jour à la fois, et d'y trouver le bonheur.

LES LIENS AFFECTIFS



Qu'est-ce qu'aimer?

«Qu'est-ce que signifie "apprivoiser"?» «C'est une chose trop oubliée, dit le renard. Ça signifie "créer des liens..."»

Le Petit Prince, Antoine de Saint-Exupéry

«Si tu viens, par exemple, à quatre heures de l'après-midi, dès trois heures je commencerai d'être heureux. Plus l'heure avancera, plus je me sentirai heureux.» Voilà un passage très touchant du *Petit Prince* de Saint-Exupéry. Il illustre parfaitement la corrélation entre le bonheur et les liens affectifs. D'ailleurs, l'une des plus longues études de l'Université Harvard l'a prouvé en 2015: les relations que l'on entretient avec les autres s'avèrent le facteur premier du bonheur véritable.



«Il n'est qu'un luxe véritable:
celui des relations humaines.»

Les fondements

Le lien affectif est de loin la réalité la plus importante de la vie humaine. Pour reprendre l'expression énoncée au chapitre précédent, le premier Mozart assassiné est l'enfant qui n'a pas été aimé. Car on apprend l'amour en étant aimé, en se sentant aimé pour soi, authentiquement, profondément. Cela permet d'éviter le drame de l'enfant surdoué, celui qui est aimé pour ses performances et qui, en retour, risque de tomber amoureux de l'image qu'il projette, développant ainsi le narcissisme.

L'amour parental non seulement s'avère fondamental, mais il doit être équilibré, suffisamment offert sans être excessif ni surprotecteur. Ainsi, l'enfant grandira avec des bases solides et aura davantage de chances de réaliser sa nature profonde, comme le suggère Spinoza.

Le psychiatre John Bowlby a développé le concept de lien affectif du début des années 1940 jusqu'à la fin des années 1970. Ses travaux portaient sur la théorie de l'attachement. Bowlby en est venu à la conclusion que le lien d'attachement constitue un type spécifique de lien affectif. En collaboration avec la psychologue Mary Ainsworth, il a établi cinq critères pour qu'un lien entre des individus puisse être qualifié d'affectif:

- Un lien affectif s'exprime de façon permanente.
- Il implique une personne en particulier, c'est-à-dire quelqu'un qui devient spécial à nos yeux.
- Il découle d'une relation émotionnellement significative.

- Il y a un désir d'entretenir un contact ou une proximité avec l'autre personne.
- Nous ressentons de la tristesse lorsque séparé de la personne avec qui nous entretenons un lien affectif.

Pour que s'ajoute le lien d'attachement, un sixième critère doit être respecté: nous nous sentons à l'aise et en sécurité au sein de la relation.

Du côté de la philosophie, on étudie la question de l'amour depuis l'Antiquité. C'est Platon qui l'a d'abord mise de l'avant dans son *Banquet*. Selon les philosophes, il existe quatre types d'amour. D'abord, il y a l'éros, ou l'amour-passion. C'est le désir du bien sensible, de la beauté par exemple. Éros est le dieu primordial de l'amour et de la puissance créatrice dans la mythologie grecque. Le deuxième type d'amour se nomme la *philia*; il est associé à l'amitié ou la camaraderie. À l'origine, la *philia* désignait l'hospitalité ou l'appartenance à un groupe social. Dans son *Éthique à Nicomaque*, Aristote la définit comme un attachement qui fait que nous aimons un être pour ce qu'il est et non pour ce qu'il peut nous apporter. Le troisième type est la *storgê*, l'affection que nous éprouvons par exemple pour nos parents, nos frères et sœurs, nos enfants et qui s'avère un lien particulièrement fort la plupart du temps, pour le meilleur et pour le pire. Ce n'est pas pour rien que d'aussi grandes tragédies littéraires qu'*Œdipe roi* et *Antigone* de Sophocle et que *Le roi Lear* et *Hamlet* de Shakespeare, lesquelles gravitent autour d'affections de cet ordre, ont, encore aujourd'hui, le pouvoir de nous émouvoir. Enfin, le quatrième type se nomme l'*agapè* et se définit comme l'amour du prochain. C'est l'amour divin et inconditionnel, celui des principes et de la charité.

Toutes les histoires d'amour évoluent autour de ces quatre pôles. Dans un couple, la transition entre les quatre types d'amour permet d'entretenir sainement et durablement la relation amoureuse. À la base, pour bien vivre ensemble, les amoureux ont besoin de la *philia*; ils ont intérêt à être de bons amis. Évidemment, l'*éros* entretient la flamme, la passion et, donc, le contact physique avec l'autre. Puis, la *storgê* les incite à se prodiguer soin et affection. Enfin, l'*agapè* nourrit la relation davantage en profondeur; elle offre à l'être humain une possibilité d'élévation de l'âme, une ouverture spirituelle vers un amour inconditionnel.

L'amitié

L'amitié se situe au sommet de toute l'éthique, car elle nous permet d'accomplir notre nature humaine. Grâce à l'amitié, l'homme peut atteindre sa fin éthique et agir pour le bien moral. C'est l'amour de nous-même bien compris, le contraire de l'amour-propre ou de l'égoïsme. «Aime ton prochain comme toi-même», nous commandent les Évangiles. N'est-il pas vrai que nous aimons partager avec un ami ce que nous aimons le plus?

Selon Aristote, «un ami est un autre soi-même». Pour ce disciple de Platon, la seule véritable amitié est l'amitié vertueuse. Nous nous percevons dans l'autre comme dans un miroir. De cette façon, nous apprenons à mieux nous connaître et nous nous donnons la possibilité de croître. Pour Aristote, l'amitié véritable devient un préalable indispensable pour accéder au bonheur. Cicéron en rajoute en définissant l'amitié comme une «entente en toutes choses divines et humaines, accompagnée de bienveillance et de charité».

Et si l'amitié devenait une piste de développement personnel et spirituel, un appel vers l'épanouissement et l'avènement de cet homme-Dieu auquel Antoine de Saint-Exupéry fait référence? Dans son essai intitulé *De l'amitié*, Montaigne nous offre cette magnifique explication: «En l'amitié de quoi je parle, [nos âmes] se mêlent et confondent l'une en l'autre, d'un mélange si universel, qu'elles effacent et ne retrouvent plus la couture qui les a jointes. Si on me presse de dire pourquoi je l'aimais, je sens que cela ne se peut exprimer, qu'en répondant: "Parce que c'était lui; parce que c'était moi."»

Sur le chemin de la vie, nous avons rendez-vous avec d'autres êtres, des humains ou même des animaux si l'on pense au renard du *Petit Prince*. Ces rencontres peuvent être sources d'enseignements féconds, de partages et d'accomplissements. «Seul on va plus vite, ensemble on va plus loin», dit le proverbe africain. Et si nous avons rendez-vous avec toute personne qui croise notre route? Souvent, la rencontre est brève, mais non moins touchante. Parfois, elle mène à une belle relation d'amitié ou même d'amour. Toutefois, la question se pose: sommes-nous présent à nos rendez-vous? Prenons-nous le temps de nous arrêter pour voir l'autre et l'honorer? La vie nous offre peut-être une chance unique d'advenir au meilleur de nous-même en nous ouvrant à autrui. En percevant et en honorant le divin en l'autre, nous réalisons qu'il séjourne en nous aussi. Double cadeau!

L'échange ou le dialogue qui découlent de ces rencontres s'avèrent également sources de bonheur. Dans l'esprit de Saint-Exupéry, on devrait mettre l'accent sur la véritable conversation, qui ne consiste pas simplement à échanger des banalités ou des égoportraits sur les médias sociaux. La véritable conversation permet de mieux connaître

l'autre et, ce faisant, de se découvrir aussi. Dans cet échange de qualité, il y a la possibilité de transmettre des connaissances susceptibles de mener à une évolution, une croissance. Réfléchir ensemble, discuter et partager ses points de vue ouvre la conscience et encourage à l'action moralement juste. N'est-ce pas ainsi que l'on refait le monde?

D'ailleurs, plus l'amitié s'accroît, plus on accède en prime à l'imagination d'autrui. Comme l'écrit Saint- Exupéry dans *Pilote de guerre*, «celui qui diffère de moi, loin de me léser, m'enrichit». Cet autre, différent de nous, dont nous partageons l'univers, les joies comme les peines, nous invite à percevoir le monde autrement. Alors, la conscience s'éveille et le cœur s'ouvre. En ce sens, nous aurions peut-être intérêt à développer une forme d'amitié avec notre voisin, notre patron, notre médecin ou toute personne de notre entourage.

L'apprivoisement

L'apprivoisement est à l'origine de l'épanouissement de l'amitié. Apprivoiser demande du temps, de la patience, de la présence, de l'authenticité, de l'ouverture, de l'accueil et de l'engagement. Car comme le dit le renard au Petit Prince, «tu deviens responsable pour toujours de ce que tu as apprivoisé».

L'apprivoisement dont il est question dans *Le Petit Prince* ne ressemble-t-il pas à une adoption? Et si nous adoptons d'autres êtres humains? L'adoption suppose un choix, un désir d'accueillir, de considérer l'autre comme l'un des nôtres, comme un membre de notre famille. Dans ce monde fragile et changeant, le Petit Prince nous exhorterait sans doute à adopter davantage. Pour permettre aux

âmes de se reconnaître comme faisant partie d'une même famille, pour contrer la solitude et le désespoir.

Même sans aller jusqu'à l'adoption, profitons au maximum de ces micromoments de connexion avec d'autres êtres humains, ce que l'on appelle la «résonance positive» en psychologie positive. Les études de Barbara L. Fredrickson sur le sujet prouvent que cela fait grand bien, autant psychologiquement que physiquement. Un sourire échangé, un fou rire mutuel ou un clin d'œil de connivence, pour ne nommer que quelques exemples, créent cette impression de résonance positive entre des individus. En fait, toute émotion positive ressentie et partagée nous donne l'occasion de nous connecter cœur à cœur avec une autre personne pour éprouver une certaine forme d'amour.

«On ne connaît que les choses que l'on apprivoise, dit le renard. Les hommes n'ont plus le temps de rien connaître. Ils achètent des choses toutes faites chez les marchands. Mais il n'existe point de marchands d'amis, les hommes n'ont plus d'amis.» Rappelons-nous de prendre du temps pour l'amitié, pour la laisser éclore. Profitons-en pour apprendre à nous connaître et à évoluer par la même occasion.

L'amour

Pour Aristote, l'amour, ou l'*éros*, se traduit par un excès d'amitié et c'est pour cette raison qu'on ne peut le partager qu'avec une seule personne. C'est peut-être ce que tente de démontrer la rose au Petit Prince: dès son éclosion, ce dernier semble ensorcelé par cette beauté nouvelle qui l'émeut. Par la suite, il cherchera à mieux la connaître,

la comprendre et ultimement la protéger. N'est-ce pas ainsi que l'amour s'installe entre les êtres humains?

Dans le *Phèdre*, Platon énonce que le beau, ce qui a le plus d'éclat ou nous paraît comme le plus lumineux, attire l'amour. On voit dans l'*éros* l'importance de trouver beau. D'ailleurs, le coup de foudre ne découle-t-il pas d'un éclair divin? C'est ce qui nous touche le plus profondément, comme un excès d'amitié qui éclate en mille feux. On y retrouve à la fois lumière et chaleur, ce qui éclaire, réchauffe et protège. Mais cette flamme doit être entretenue chaque jour. Voilà pourquoi les amoureux doivent sans cesse nourrir cet amour qui les unit, le fortifier et lui permettre de croître. Et c'est l'amitié qui procure à l'amour ses plus solides fondations.

En ouvrant notre cœur à l'autre, en laissant naître et grandir l'amour en nous, nous enrichissons notre existence. Nous pourrions même parler d'existence amplifiée par l'amour, autant par l'*éros* et la *philia* que par la *storgê* et l'*agapè*. Grâce à l'amour, l'amitié, l'affection et la charité, nous devenons conscient de partager la même humanité que ceux qui nous entourent, la même panoplie de passions et de sentiments. C'est ce que nous découvrons au fur et à mesure de nos expériences, par le vécu.

Le pardon

Des penseurs contemporains comme Hannah Arendt, Jacques Derrida, Vladimir Jankélévitch et Paul Ricoeur ont réintégré la notion de pardon dans la sphère philosophique. Auparavant, le pardon demeurait du domaine religieux. Toutefois, on ne peut en faire fi lorsque l'on parle de liens affectifs.

Le pardon s'avère difficile dans certains cas, mais il demeure l'expression la plus élevée du don. Le mot le dit, c'est par-delà le don que le pardon peut se produire, ce qui en fait une précieuse piste de guérison intérieure. Car ce qui n'est pas pardonné, le ressentiment ou les remords, emprisonne le passé et contraint le présent autant que l'avenir. Bien sûr qu'il n'est pas aisé d'abolir le mal, mais son souvenir ne doit pas non plus nous paralyser ni freiner la vie. Reste à savoir si nous devons tout pardonner. Il revient à chacun de faire son propre bout de chemin sur le sujet. Mais le pardon nous permet de nous libérer nous-même de ces sentiments qui deviennent toxiques à la longue. On pourrait dire qu'il s'agit d'un égoïsme intelligent.

Pour les bouddhistes, qui ne croient pas en un Dieu d'amour unique et absolu, le pardon est l'un des visages de la sagesse libératrice. Le bouddhiste voit dans l'autre celui qui lui ressemble et, donc, c'est en lui pardonnant qu'il se pardonne aussi. «Pardonne-leur parce qu'ils ne savent pas ce qu'ils font», clamait Jésus. Le mal provient souvent des blessures de l'homme. C'est un appel à la compassion pour la misère d'autrui, ce que l'on nomme aussi «miséricorde».

Pour Saint-Exupéry, qui prône le rapprochement avec notre nature divine, le pardon fait sans doute partie des étapes nécessaires à cette élévation. C'est ce qui nous permet de renforcer nos liens ou, à tout le moins, d'amorcer leur processus de réparation s'il y a lieu.

Dans ses travaux, le Dr Fred Luskin de l'Université de Stanford en Californie propose des approches dénuées de croyances religieuses qui prouvent l'effet magistral du pardon sur la qualité de vie, la santé et la longévité. Selon lui, le pardon est d'abord un choix que nous faisons pour nous-même, pour nous sentir bien de nouveau. Il dit

d'ailleurs que c'est notre meilleure revanche devant l'offense! Nous focaliser sur l'amour, le beau et le bien autour de nous améliore notre vie bien plus que de garder notre attention sur celui qui nous a blessé ou sur l'offense elle-même.



«Tu es nœud de relations et
rien d'autre.
Et tu existes par tes liens.»

Citadelle, Antoine de Saint-Exupéry

L'harmonie

Évidemment, lorsque l'on évoque les bienfaits des relations interpersonnelles, on fait référence à des relations harmonieuses. L'harmonie résulte de ce qui est bien accordé. Comme pour les notes de musique, les êtres humains ont intérêt à s'harmoniser les uns avec les autres, trouver la juste place de chacun et interagir de manière respectueuse. Ainsi se créent les plus belles symphonies qui soient!

Mais tout commence par nous-même. Si l'harmonie ne réside pas à l'intérieur de nous, comment peut-elle se propager au-delà? Pour vivre des relations équilibrées et heureuses, il faut apprendre à ressentir l'amour en nous, sinon nous risquons de nous laisser mener par nos misères, contaminant ainsi notre entourage de manière négative. Le barbare est celui qui se hait lui-même, celui qui déteste sa propre humanité. Plus nous nous fustigeons, plus nous sommes

disposé à faire n'importe quoi, entre autres, de bien mauvais choix. Nous avons là le vrai visage de la misère humaine, une haine de nous-même qui divise et anéantit.

«C'est là le fond de la joie d'amour, lorsqu'elle existe: nous sentir justifiés d'exister», écrit Jean-Paul Sartre. Nous nous sentons justifié d'exister quand nous avons une saine estime de nous-même. Ni en manque ni en excès, mais plutôt un juste équilibre, un accueil authentique et tendre de nous-même, une compassion envers nos faiblesses et nos difficultés ainsi qu'une ouverture à l'épanouissement et la réalisation de notre nature profonde.

Il nous faut reconnaître humblement que nous sommes en constante évolution et devenir pour nous-même un meilleur ami, protecteur et aimant. Développer cette manière d'être et de vivre pour nous-même nous inspirera à en faire autant pour les autres. «Il est bien plus difficile de se juger soi-même que de juger autrui. Si tu réussis à bien te juger, c'est que tu es un véritable sage», peut-on lire dans *Le Petit Prince*.

Enfin, l'enseignement des disciplines littéraires et artistiques, que l'on appelle «humanités», a le pouvoir de cultiver l'harmonie au sein de l'existence. La littérature, par exemple, offre un grand bénéfice en nous permettant de nous mettre à la place des autres et de vivre différentes émotions. La musique produit le même effet tout comme l'art visuel, qui nous plonge dans un autre monde dont nous aurons le loisir de saisir ce qui nous agréé. Évidemment, tout cela contribue à faire travailler notre imagination.



«Aimer, ce n'est pas se regarder
l'un l'autre, c'est regarder ensemble
dans la même direction.»

Terre des hommes, Antoine de Saint-Exupéry

Tous ensemble

En cultivant nos liens affectifs, même à petite échelle, nous participons à l'avènement d'un monde plus aimant. Laisser naître l'amitié et l'amour, apprendre à harmoniser nos relations nous rend plus altruiste. N'y a-t-il rien de plus beau que des humains unis et bienveillants les uns envers les autres?

«Le bonheur consiste à vivre pour les autres», écrit Tolstoï. Voilà le cadeau ultime de ces liens que nous entretenons avec autrui. Non seulement ils contribuent à notre bonheur, mais ils nous font vivre. Comme le précise si justement Saint-Ex dans son livre intitulé *Courrier Sud*, «aimer c'est naître».

L'amour, qu'il soit passion, amitié, affection ou charité, nous rend plus vivant. Ces liens affectifs que nous tissons et entretenons deviennent la fondation d'une existence heureuse et dignement vécue. Car «les bras de l'amour vous contiennent avec votre présent, votre passé, votre avenir, les bras de l'amour vous rassemblent...», écrit Saint-Exupéry dans *Courrier Sud*.

LA SOLIDARITÉ



Qu'est-ce qui peut nous unir?

*Pourquoi nous haïr? Nous sommes solidaires, emportés par
la même planète, équipage d'un même navire.*

Terre des hommes, Antoine de Saint-Exupéry

Lors d'un reportage sur la guerre civile en Espagne, Antoine de Saint-Exupéry est fait prisonnier par des miliciens anarchistes. Angoissé et dégoûté par l'absurdité de la situation, il ose demander une cigarette à l'un de ses geôliers en esquissant un sourire. Ce qui advient ensuite lui apparaît comme un «miracle très discret». En la lui tendant, le garde ébauche un sourire en retour.

Comme le relate Saint-Exupéry dans sa *Lettre à un otage*, à cet instant, autant ce sourire le délivre, autant il l'ensoleille. «Rien n'avait changé, tout était changé», constate le prisonnier. Un peu plus loin dans sa description de ce moment, il ajoute: «J'éprouvais une extraordinaire sensation de présence. C'est bien ça: de présence! Et je sentais ma parenté.»

De ces liens affectifs, même créés avec des inconnus, peut naître la solidarité. Et il semble que le sourire agisse alors comme un agent illuminateur. Il éclaire la fête selon l'aviateur et, grâce à lui, nous nous rejoignons au-delà des langages, des castes et des partis.

Voilà un bel exemple de solidarité humaine. C'est parfois lorsque nous vivons le pire que nous montrons le meilleur de nous-même. «L'homme se découvre quand il se mesure avec l'obstacle», écrit Saint-Ex dans *Terre des hommes*.

Habiter ensemble

La solidarité se définit comme un devoir social, une obligation d'aide, d'assistance ou de collaboration gracieuse entre les individus d'un groupe ou d'une communauté. On la distingue de l'altruisme du fait que la personne dite altruiste peut souhaiter aider autrui, mais sans se sentir concernée par ce qui lui arrive. Dans la notion de solidarité, on trouve toujours la réciprocité ou une forme d'échange mutuel qui crée un lien entre les individus en les obligeant réciproquement à donner, recevoir et rendre.

Partout dans le monde, il existe des associations qui nous montrent l'utilité et les effets remarquablement positifs de cet échange. À titre d'exemple, le regroupement Le Pari Solidaire en France permet à des étudiants de vivre sous le toit d'une personne âgée en contrepartie de leur présence sécurisante et de petits services. L'étudiant, lui, bénéficie de la sagesse qui vient avec l'âge et de la richesse de ce lien intergénérationnel. Et si nous nous inspirions de la mission de cette association pour devenir plus conscient de ce devoir de solidarité que nous avons envers nos aînés? Lorsque des chercheurs se sont intéressés aux nombreux centenaires habitant l'île d'Okinawa au Japon, ils ont découvert que cette population insulaire s'assurait que les enfants et leurs aïeuls passent du temps ensemble. Cette solidarité entre les générations aiderait à vivre plus longtemps, en meilleure santé et heureux.

Plus qu'un devoir social, la solidarité devrait être perçue comme une ressource et une force collectives. D'un élan solidaire peut découler ce que l'on nomme «fraternité», cette impression d'être de la même famille, responsables ensemble. Saint-Exupéry éprouve un sentiment de présence et de parenté avec le geôlier qui l'a gratifié d'un sourire.

Lorsque nous nous sentons frère, un lien se tisse en marge de nos différences, comme ce lien de sang qui nous intime, en tant que membre d'une même fratrie, à nous soutenir les uns les autres et à demeurer unis. Nous sommes alors au-delà de l'ego, rassemblant chacun de nos «moi» pour former un «nous». La dignité humaine de chacun se retrouve mise au service du groupe pour mieux habiter ce monde ensemble.

Antoine de Saint-Exupéry fait souvent référence à l'habitat. Qu'il s'agisse d'une citadelle, d'une cathédrale ou de la terre des hommes, il rejoint en ce sens la pensée des grands philosophes et écrivains. L'habitat dont il est question ne serait-il pas la communauté à laquelle nous appartenons et que nous nous devons de protéger? Pris au sens large, cet habitat commence par l'humain et s'étend vers ses semblables jusqu'à la planète qui l'héberge.

Le Petit Prince ne prend pas la chose à la légère. Au contraire, il se charge de trouver une façon de sauver sa minuscule planète qui risque d'éclater à cause des baobabs. Cette responsabilité devient pour lui essentielle et on le comprend bien lorsqu'il confie: «C'est une question de discipline [...] Quand on a terminé sa toilette du matin, il faut faire soigneusement la toilette de la planète.» Discipline et responsabilité, voilà sans doute des bases importantes de la solidarité.



«Être homme, c'est précisément
être responsable. [...] C'est sentir,
en posant sa pierre, que l'on
contribue à bâtir le monde.»

Terre des hommes, Antoine de Saint-Exupéry

Devenir responsable

Nous sommes responsable non seulement de ce que nous avons apprivoisé, mais également de ce que nous avons créé ou de ce dont nous bénéficions. Il ne s'agit peut-être pas d'une responsabilité unique ou totale, bien sûr, mais en tant qu'être humain vivant sur cette planète, la partageant surtout, nous sommes assurément concerné. Et même si nous ne sommes pas la cause d'un problème, nous devrions faire partie de la solution.

Devenir responsable signifie s'engager, être touché et s'intéresser à ce qui se passe. Rappelez-vous la dernière fois que vous avez été remué par une situation au point de ressentir un vif élan d'agir. Oui, parfois, cela demande du courage, une valeur essentielle à la solidarité. Pour Platon, le courage, ou ce qu'il nomme la «force d'âme», est considéré comme l'une des quatre vertus cardinales, les autres étant la prudence, la tempérance et la justice. Dans son *Petit traité des grandes vertus*, André Comte-Sponville rappelle que «le courage n'est vraiment *morale*ment estimable que lorsqu'il se met,

au moins partiellement, au service d'autrui, que lorsqu'il échappe, peu ou prou, à l'intérêt égoïste immédiat».

La solidarité demande de prendre en considération les intérêts de l'autre tout en tenant compte des nôtres. En faisant du bien à autrui, nous nous faisons du bien à nous-même. La solidarité marchande en est un bon exemple. Nous agissons dans notre intérêt en achetant le produit dont nous avons besoin et que nous ne pouvons pas fabriquer. À l'inverse, le manufacturier ou le commerçant agissent eux aussi dans leur intérêt en nous vendant le produit qu'ils peuvent fabriquer ou distribuer et pour lequel ils préfèrent recevoir de l'argent. Dans cette situation, on perçoit un échange équitable.

Lors de la crise mondiale liée au coronavirus (COVID-19), nous avons connu un bel exemple de cette solidarité. En effet, nous avons intérêt à prendre soin de chacun pour sauver l'ensemble. Alors que les cas d'infection se multipliaient un peu partout dans le monde, les gouvernements suppliaient les gens de demeurer confinés chez eux pour éviter la propagation du virus. Nous sauvions des vies en restant à la maison. Et il s'agissait du plus bel acte de solidarité dans les circonstances. Ne pas respecter la règle et poursuivre ses activités comme si rien n'avait changé était alors pur égoïsme.

Pour le bien commun

La notion de bien commun concerne tout ce qui est nécessaire à la vie, au bonheur et à l'épanouissement collectif. Aristote suppose que le bien va de pair avec l'être, qu'il est ce qu'il recherche naturellement. Quand on y pense, tous les projets que nous élaborons et les actions qui en découlent ont généralement pour objectif de nous rendre heureux ou, à tout le moins, de nous faire du

bien. Avons-nous déjà mis quelque chose de l'avant dans le but de nous rendre malheureux? Le malheur peut certes résulter de nos actions, mais il est rare qu'il soit notre intention première ou ce qui nous meut de l'intérieur.

Le bien commun nous invite à nous perfectionner moralement et à devenir un meilleur être humain. Pour les croyants, il vise à se rapprocher de Dieu ou, du moins, de sa divinité intérieure. Il en découle une vie plus harmonieuse, davantage guidée par l'amour. Privilégier le bien commun produit des bénéfices à plusieurs égards, qu'il s'agisse de vivre sa vie de manière plus vertueuse – autant pour soi que pour les autres –, de respecter la nature ou de défendre l'environnement.

La primauté du bien commun est l'un des sujets ayant le plus rapproché Charles De Koninck, le père de Thomas, et Antoine de Saint-Exupéry. Tous les deux s'accordent à dire que le bien commun doit prévaloir sur tout. Ils font référence au bien spirituel qui jamais ne se divise. Ils dénoncent l'individualiste qui cherche à tout garder pour lui-même ou, du moins, à n'avoir cure des autres. Plus une chose est bonne, plus elle déborde et, donc, plus elle se donne. Il en est ainsi des ressources naturelles comme l'air et l'eau, mais également des ressources créées comme l'éducation, la culture, la musique et toutes les formes d'art.

Privilégier le bien commun nous habilite à savoir être et à savoir vivre dans le dessein de mieux savoir faire ensemble. Dans le catholicisme, c'est ce que l'on appelle la «communion des saints», sublime expression qui devrait être prise au sens large et point seulement associée à une religion. Selon André Comte-Sponville,

«communier, c'est partager sans diviser». Les humains, en se perfectionnant moralement, tendent vers leur sainteté.

Nous pouvons communier grâce à des intentions nobles, des idées bienfaisantes ou de belles et bonnes actions. Des humains qui aspirent à la meilleure version d'eux-mêmes et à une vie moralement acceptable pourront s'unir afin de réaliser ce qui est irréalisable seul. C'est ainsi que l'ensemble d'un peuple s'élève vers son potentiel supérieur. La solidarité mise au service d'une noble cause produit de fabuleux résultats.



«Un sourire est souvent l'essentiel.
On est payé par un sourire.
On est récompensé par un sourire.
On est animé par un sourire.»

Lettre à un otage, Antoine de Saint-Exupéry

Des repères éblouissants

«Nous sommes dans l'inconcevable, mais avec des repères éblouissants», écrit René Char. Dans les moments difficiles, voire dans l'impensable, se révèlent d'éblouissants repères qui continuent de nourrir l'espoir. Les plus belles valeurs humaines sont alors mises en lumière.

D'abord, c'est notre sensibilité qui s'éveille, car avant même de devenir solidaire, nous sommes touché ou bouleversé par une situation. De cette affectivité découle la compassion qui permet de ressentir la souffrance d'autrui et de souhaiter y remédier par un sentiment d'amour de l'ordre de la sollicitude.

Spinoza rappelle que notre puissance d'agir dépend de notre capacité d'être affecté par le monde. Pour le philosophe Kant, la compassion doit être un amour pratique fondé sur la volonté, se différenciant de la pitié, qui porte davantage à l'impuissance et au désespoir.

Selon le professeur James R. Doty de l'Université de Stanford en Californie, la pratique de la méditation jumelée à des exercices de compassion permet de diminuer le stress et d'augmenter le bien-être ressenti. C'est ce qu'il a découvert en étudiant les effets de la compassion sur le cerveau des moines, dont celui de Matthieu Ricard. Vous pouvez vous aussi tester ces effets en pratiquant la méditation de l'amour bienveillant (*metta*). Vous constaterez tout le bien-être que vous procure le simple fait d'exprimer des intentions pleines de compassion à vous-même d'abord, puis à d'autres par la suite.

Les bouddhistes utilisent le mot sanskrit *karunā* pour nommer cette valeur fondamentale qu'est la compassion. Chögyam Trungpa compare celle-ci au soleil, qui offre ses rayons à tous et partout. C'est son élan naturel tout comme la compassion devrait être l'élan naturel de l'humain.

Plus une personne panse ses blessures intérieures (autocompassion), plus elle réalise sa nature profonde et plus elle s'ouvre aux autres. C'est l'appel du soi, de l'âme qui non seulement

s'éveille, mais s'élève et prend de l'expansion. Il s'agit d'un cercle vertueux puisque, ce faisant, la personne sert davantage la société et se crée une vie qui a du sens.

Dans tous les grands courants religieux, la compassion est perçue comme essentielle à une vie bonne et vertueuse. Elle peut facilement devenir le critère de référence de l'élan solidaire.

Puis, d'autres valeurs comme l'humilité, l'authenticité, l'entraide, le respect et la reconnaissance se joignent à la danse. Devant la misère, l'homme ose davantage la vulnérabilité, il se donne la permission d'être simplement humain. Dans cet humble aveu, il accède à sa créativité et trouve les meilleures ressources qui soient pour aider sa communauté.

La solidarité nous rappelle le concept de l'interdépendance. Rien n'existe par lui-même, tout ce qui vit dépend de quelque chose d'autre. Par exemple, l'être humain a besoin d'air pour respirer tout comme la fleur a besoin des insectes pour être pollinisée. «Rien n'est solitaire, tout est solidaire», disait Victor Hugo.

Puisque cette interdépendance est le propre du vivant, rappelons-nous de demeurer unis et connectés entre nous pour ainsi créer la plus grande chaîne de solidarité humaine. N'oublions pas de tendre régulièrement la main et d'accepter humblement celle qui nous est tendue. Prenons exemple sur d'autres organismes vivants qui ont compris bien avant nous l'importance de se relier et de s'entraider.



«Chacun est seul responsable de tous.»

Pilote de guerre, Antoine de Saint-Exupéry

La solidarité sylvestre

Antoine de Saint-Exupéry utilise fréquemment la métaphore de l'arbre pour étayer ses propos sur l'homme et son épanouissement. En voici un magnifique extrait, tiré de son livre intitulé *Citadelle*: «Mais les arbres que j'ai vus jaillir le plus droit ne sont point ceux qui poussent libres. Car ceux-là ne se pressent point de grandir, flânent dans leur ascension et montent tout tordus.»

À l'instar de l'être humain, l'arbre passe par la naissance, la vie et la mort. D'une simple graine pousse le majestueux végétal. Son chemin peut s'avérer difficile par moments puisqu'il est confronté aux obstacles provenant autant du sol que de l'air ou de son entourage. L'arbre s'enracine dans la terre proportionnellement au développement de ses branches. Ainsi, il s'épanouit autant dans le monde visible, représenté par ses branches, que dans l'invisible, où se déploient ses racines.

Pour l'arbre comme pour l'être humain, tout est déjà contenu dans la graine, mais dans le cas de l'homme, ce potentiel doit être éveillé, par les parents, les éducateurs d'abord. Comme le dit le proverbe juif, «on ne peut donner que deux choses à ses enfants: des racines et des ailes». Une fois devenu adulte et responsable, c'est l'être lui-même qui doit poursuivre son éveil, par les expériences de vie, les prises de conscience et le développement de ses connaissances. Au même titre

que l'arbre qui a besoin de lumière pour grandir, l'homme doit, pour s'épanouir, se nourrir de ce qui illumine son existence.

Enfin, grâce aux recherches scientifiques, nous savons aujourd'hui que les arbres communiquent entre eux. Ils préviennent leurs semblables des possibles dangers et lorsque l'un d'eux tombe malade, tous les autres lui viennent en aide en lui acheminant de la nourriture et des nutriments par les racines. Souci de l'autre, retour à la base, à l'essentiel pour qu'en guérissant l'un, on soigne tous les autres. Merveilleux exemple de solidarité dont nous avons plus que jamais besoin!

Imaginons...

Pour le bien de l'humanité, la solidarité est indispensable et cela peut commencer au sein de notre couple, de notre famille ou de tout autre petit réseau. Comme Margaret Mead le disait, «ne doutez jamais qu'un petit groupe d'individus conscients et engagés puisse changer le monde. C'est même de cette façon que cela s'est toujours produit».

Le Petit Prince aurait sans doute été de cet avis aussi. Parce qu'il est sensible, conscient et désireux de mieux comprendre la vie, il lui offre toute sa présence et sa noble attention. Parce qu'il n'a pas peur de rêver grand, sans cesse il cherche des réponses, des solutions et des idées lumineuses pour égayer ce monde. Et si nous suivions son exemple?

Nous n'avons pas à aller bien loin pour en apprendre davantage sur la nature humaine et parvenir à mieux la comprendre. Si par exemple, un soir de Noël, vous invitez une personne démunie à partager votre repas, vous l'aidez en la nourrissant convenablement, mais en échange, elle vous offre le cadeau de sa présence et de sa

reconnaissance. En nous intéressant à l'autre, en nous connectant cœur à cœur avec lui, nous nous découvrons mutuellement et nous parvenons à mieux nous comprendre. De là peut naître l'enthousiasme de contribuer ensemble à la beauté et la bonté de notre monde.

Nous reprenons au «nous» les paroles d'*Imagine*, la célèbre chanson de John Lennon:

«Vous nous direz peut-être trop rêveurs
Mais nous ne sommes pas les seuls
Nous espérons qu'un jour vous vous joindrez à nous
Et le monde ne sera qu'un grand tout unifié et solidaire».

LA CONSCIENCE



Qu'est-ce que la conscience?

L'empire de l'homme est intérieur.

Terre des hommes, Antoine de Saint-Exupéry

La conscience se définit comme la connaissance que nous avons de nous-même et du monde qui nous entoure. Il s'agit de notre faculté mentale nous permettant d'appréhender de manière subjective ce qui se passe en nous et à l'extérieur de nous. Cette conscience dite psychologique nous permet de percevoir nos émotions et nos ressentis, de nous connaître, bref, de penser.

La conscience morale pourrait se définir par l'expression «avoir du cœur». C'est une conscience tournée vers les autres qui a le pouvoir de rassembler tous les humains, de les rendre solidaires. La grandeur de l'être et des sociétés passe inévitablement par elle.

Étymologiquement, le mot *conscience* vient de *conscientia* ou *cum scientia*, c'est-à-dire «avec la science». Pour reprendre l'affirmation de Rabelais, rappelons-nous que la «science sans conscience n'est que ruine de l'âme». Non seulement la connaissance sans réflexion morale ne nous fait pas progresser, mais elle peut constituer un réel danger. On n'a qu'à penser à la bombe atomique ou au clonage

humain. Il ne faut jamais oublier de concilier les capacités scientifiques avec leur acceptabilité morale.

Nous pouvons nous la représenter comme l'observatrice à l'intérieur de nous. C'est le «je» qui pense et qui nous rend conscient de notre existence. Descartes a su bien formuler cette notion au XVII^e siècle avec sa célèbre phrase qui a révolutionné le monde: «Je pense, donc je suis.»

Concrètement, c'est le «je» qui a conscience qu'il est en train de parcourir ces lignes en même temps qu'il a conscience de l'environnement dans lequel il se trouve, du confort de la chaise sur laquelle il est assis ou de l'état émotionnel qu'il ressent. Ainsi, vous savez que la personne qui lit actuellement ce livre n'est nulle autre que vous-même.

Enfin, il existe également une conscience morale liée au respect des règles d'éthique. Il s'agit de notre capacité à reconnaître le bien et le mal et à les discerner l'un de l'autre. Autrement dit, le «je» qui lit en ce moment considère-t-il que cette lecture est bonne ou non pour lui? Cette conscience morale nous amène à juger nos actes et ceux d'autrui, à en tirer des conclusions et ainsi à porter un jugement.

À la lumière de ce qui précède, nous en déduisons que la conscience est immatérielle puisque nous ne pouvons ni la voir ni la toucher, elle se situe à l'intérieur de nous et elle est subjective. Ce sont nos idées, nos pensées et nos croyances qui serviront de filtres à nos jugements.



«La vérité, c'est ce qui simplifie le monde et non ce qui crée le chaos.»

Terre des hommes, Antoine de Saint-Exupéry

Éveil ou réveil

Pour que notre conscience devienne notre alliée, qu'elle nous aide à mieux nous percevoir, agir et discerner le bien du mal, elle a avantage à être éveillée, même réveillée pour certains...

Si le Petit Prince débarquait sur notre planète aujourd'hui, ne nous trouverait-il pas trop endormi? Nous l'imaginons aisément nous bombarder de questions: pourquoi n'êtes-vous pas plus heureux? Pourquoi vous querellez-vous? Pourquoi avez-vous tant de mal à pardonner? Pourquoi vous ennuyez-vous? Pourquoi vous imposez-vous tout ce stress? Pourquoi vous abrutissez-vous devant vos écrans minuscules jusqu'à en oublier de vous émerveiller de cette vie qui défile à vive allure?

«Et une à une, de contradiction dominée en contradiction dominée, je m'achemine vers le silence des questions et ainsi la béatitude», écrit Antoine de Saint-Exupéry dans *Citadelle*. La sagesse pour Saint-Ex n'est pas d'obtenir des réponses à ses questions, mais plutôt la guérison de ses questions. Voilà, comme le dit l'expression, une première prise de conscience!

Pour être en meilleure santé physique et psychologique et aider la planète par la même occasion, n'aurions-nous pas intérêt à faire le serment de devenir pleinement vivant, guéri de nos contradictions, de nos chimères et de nos conditionnements? Le processus d'éveil de la conscience nous demande d'abord de laisser se dissoudre tous nos

a priori ou nos idées préconçues. L'être humain se construit à partir de croyances, de conditionnements et de déterminismes. Comme première étape, il semble qu'un grand ménage intérieur s'impose.

Les croyances auxquelles nous adhérons servent-elles notre bien aujourd'hui ou nous limitent-elles dans l'épanouissement de notre nature profonde, dans notre liberté d'être? Par exemple, entretenons-nous la croyance que l'amour véritable n'existe pas ou celle que la vie est difficile? Ou d'autres pires encore?

Soyons prudent avec ces idées que nous acceptons comme vraies sans esprit critique, car elles peuvent devenir des prophéties autoréalisatrices. Le superstitieux qui passe sous une échelle cherche le malheur en quelque sorte; toute son attention est tournée vers cette fâcheuse possibilité à laquelle il croit.

Nous sommes également prisonnier de certains conditionnements, c'est-à-dire des comportements devenus des automatismes ou des réflexes parce que marqués par des facteurs héréditaires ou socioculturels. Les phobies en sont de bons exemples.

Le déterminisme, du latin *determinare* signifiant «marquer les limites, borner», nous contraint en masquant notre responsabilité et en s'opposant à la liberté. En fait, il nous porte à croire que nous n'avons pas de libre arbitre ni de volonté. Nous aurions avantage à ne pas le juger et à essayer de le comprendre afin de mieux nous instruire sur ses causes. Spinoza avait raison d'avancer que «les hommes se croient libres parce qu'ils sont conscients de leurs désirs mais ignorants des causes qui les déterminent».

Pour ne pas demeurer un être borné à l'esprit étroit et amorcer cette quête d'éveil, prenons un peu de recul, ralentissons la cadence ou arrêtons-nous pour observer ce qui se passe en nous, ce qui nous

mène. La prise de conscience est une porte ouverte sur le changement. Il nous faut d'abord voir ce qui est puis l'accepter avant de pouvoir y changer quoi que ce soit. Pour nous accompagner dans le processus, un réalisme optimiste est sans doute de mise. Il convient de faire face à la réalité tout en nourrissant l'espoir d'une sage transformation.

Si vous avez fait votre examen de conscience, qu'en déduisez-vous? Vous sentez-vous pleinement vivant actuellement, libre de vos pensées et gestes, bien aligné sur la profondeur de votre être? Ou vous laissez-vous balloter au gré des aléas de la vie, croyant que c'est ainsi et que votre pouvoir est limité?

À quoi bon? diront certains. Ceux-là ont rendu les armes, accepté leur sort, oui, mais sans désir d'en changer la donne parce qu'ils ne croient pas que c'est possible. A contrario, rappelons-nous cette phrase de Mark Twain: «Ils ne savaient pas que c'était impossible, alors ils l'ont fait.» Ce savoir dont il est question concerne davantage les illusions et pourrait se traduire ainsi: n'entretenant pas de fausses illusions, ils l'ont fait.

«Que faut-il être?», demande Saint-Exupéry dans *Pilote de guerre*. «Il faut être incendie!» Il faut allumer en nous un feu brûlant de vivre, une appétence pour notre ultime grandeur, la sagesse de l'homme qui laisse fleurir son être. C'est en suivant cet élan intérieur que nous nous libérons des caprices de l'ego qui a peur, se compare ou tente de nous bloquer le chemin vers l'essence de notre être. En devenant plus conscient, nous apaisons ce petit moi, nous le rassurons et nous pouvons enfin former une équipe avec lui, comme le fait le mental avec les émotions. Écoute et compréhension mènent vers la croissance de l'être.

Au-delà du connu

Dans cet esprit d'éveil, il nous est bénéfique d'accueillir ce qui diffère, ce qui ne nous est pas familier. Oser l'inconnu, s'ouvrir à la nouveauté et à d'autres possibilités de voir les choses nous aidera à agir autrement et surtout à agir avec davantage de bienveillance. «Tout le chemin de la vie, c'est de passer de l'ignorance à la connaissance, de l'obscurité à la lumière, de l'inaccompli à l'accompli, de l'inconscience à la conscience, de la peur à l'amour», nous rappelle Frédéric Lenoir.

Le grand ménage intérieur dont il est question consiste à laisser tomber nos théories sans fondement, nos opinions trop arrêtées et à enlever toutes les étiquettes. À ce sujet, les bouddhistes ont un magnifique enseignement tiré du *Soûtra du Diamant* et qui va comme suit: «Le Bouddha n'est pas le Bouddha, c'est pourquoi je l'appelle le Bouddha.» Ou Thomas n'est pas Thomas, c'est pourquoi je l'appelle Thomas. Cela signifie que nous ne pourrons jamais connaître la grandeur de l'être du Bouddha ni celle de Thomas, car celui-ci ne saurait être réduit à ce que nous percevons de lui, à nos préjugés ou nos projections.

Thomas, comme l'être humain que nous sommes, est tellement plus vaste. Il en va de même pour toutes choses, même la réalité. La réalité n'est pas la réalité, c'est pourquoi nous l'appelons la réalité. Tout est en perpétuel mouvement, *panta rhei* pour reprendre l'expression d'Héraclite en grec ancien, qui se traduit par «toutes les choses coulent» ou «tout passe». Sachant cela, nous pouvons qualifier les êtres, les choses ou les concepts, en les étiquetant d'une certaine façon, mais en nous rappelant qu'ils sont infiniment plus, nouveaux à chaque instant.

Nous sommes tellement plus que ce que nous percevons de nous. La vie elle-même est d'une telle grandeur avec ses infinies possibilités qu'il est presque honteux de la réduire à notre simple perception. Et si nous enlevions nos œillères pour nous permettre non seulement de voir, mais de ressentir ce qui est bon autant pour nous que pour autrui?

Comme le suggère le Petit Prince, ce n'est peut-être pas tant avec les yeux qu'avec le cœur qu'il nous faut chercher la vérité. Car «on ne voit bien qu'avec le cœur. L'essentiel est invisible pour les yeux». Nous reviendrons sur cette notion d'invisibilité de manière plus élaborée au dernier chapitre. Pour l'instant, acceptons simplement cet appel à l'éveil afin que notre monde change au mieux.

La concentration

Vous rappelez-vous qu'en classe, en début de journée, le professeur prenait les présences? Au moment où nous entendions notre nom, nous répondions «Présent!». Au-delà de cette réponse machinale, n'y avait-il pas une invitation à la conscience ou à la pleine présence?

Lorsque nous sommes absent, parce que perdu dans nos pensées, pris dans nos jugements ou inquiet d'un futur probable, nous ne sommes ni conscient ni présent. La conscience exige non seulement une présence, mais une concentration. Ce n'est qu'en affinant notre degré d'attention que nous pouvons accéder à plus de connaissance et, donc, à plus de conscience. Sinon, nous nous retrouvons fragmenté, dispersé, certainement pas en mesure de capter l'essentiel ou ce qui conduit vers ce que les bouddhistes nomment l'«état de pleine conscience».

«Bois ton thé, ne fais que boire ton thé», voilà une recommandation du sage Thich Nhat Hanh, l'un des initiateurs du bouddhisme zen. Si nous parvenons à nous concentrer sur une seule activité en faisant taire notre mental, nous accédons à un état d'attention juste, une conscience vigilante qui nous apaise et nous instruit.

La pleine conscience, que l'on nomme aussi «pleine présence», consiste à vivre dans le moment présent pour être en mesure d'observer les sensations et les pensées qui viennent puis disparaissent. Nous portons alors toute notre attention sur ce qui est vécu, sans filtre, sans jugement et sans attente. Il s'agit d'un exercice d'accueil, d'observation et de vigilance qui nous rend plus conscient en nous permettant de nous détacher du superflu pour ne conserver que l'essentiel. C'est ainsi que notre mental s'apaise et peut mieux entendre la voix de la conscience qui le guide sur son parcours.

En guise d'exercice d'introduction à la pleine conscience, commençons par devenir plus attentif à nos émotions. Lorsque nous nous sentons irrité, choqué, triste ou au contraire joyeux, arrêtons-nous un instant et réfléchissons à ce qui nous arrive et à ce qui l'a provoqué. Nous pourrions simplement sourire en disant: «Ah, c'est intéressant!» Cette interjection sert de tampon ou de mise sur pause pour que la conscience s'éveille dans l'intervalle et nous instruisse.



«Sur une assise de minéraux
un songe est un miracle.»

Être libre

Laisser passer, ne pas nous attacher, nous dissocier, prendre de la distance, voilà ce qui, petit à petit, nous rend non seulement plus conscient, mais plus libre. Nous concentrer, devenir pleinement présent, entrer en nous-même pour toucher notre essence liée à plus grand que nous sont autant de pistes vers plus de conscience et de liberté.

Nous croyons que nous serons libre le jour où nous pourrons faire ce que nous voulons. Que voulons-nous précisément? Nous souhaitons une vie bonne, une vie heureuse sans doute. Mais pour déterminer ce qu'est une vie bonne pour nous, nous devons d'abord découvrir qui nous sommes. Nous y avons fait référence dans un chapitre précédent en citant Socrate: «Connais-toi toi-même et tu connaîtras l'univers et les dieux.»

Pour nous éveiller, il nous faut sortir de cet état d'endormissement – dans lequel se trouvent la plupart des humains, selon Héraclite – et ne plus être doublement ignorant, comme le sous-entend Platon. On dit parfois de celui qui ne réfléchit pas et ne fait pas d'introspection qu'il est atteint d'une double ignorance, en ce sens qu'il ne sait pas tout en vivant dans l'illusion qu'il sait. «Non seulement tu ignores les choses les plus importantes, mais encore que, les ignorant, tu crois pourtant les savoir», disait Socrate à Alcibiade.

Nous avons avantage à nous percevoir comme des questions, comme des réalités en mouvement et dont nous portons la responsabilité, et non comme des réalités toutes faites. La liberté,

comme tout le reste, ne saurait être figée; elle doit demeurer ouverte en permanence au questionnement. Car «il n'y a pas de liberté pour l'ignorant», affirme avec justesse Condorcet. Heureusement, plus la conscience s'élargit, plus nous avons envie de découvrir et d'apprendre et, donc, nous devenons de moins en moins ignorant.



«L'homme est cire vierge qu'il faut pétrir.»

Vol de nuit, Antoine de Saint-Exupéry

Avoir du cœur

«Une vie sans examen ne vaut pas la peine d'être vécue», faisait remarquer Socrate à ses juges. Pour lui, la conscience morale résulte d'une quête constante de plus de vérité. Elle nous permet de reconnaître en nous le bien et le mal. Mais pour en connaître la différence, nous explorons sans cesse ces deux notions.

En effet, nous avons parfois besoin d'expérimenter les extrêmes pour mieux comprendre. Prenons l'exemple de la justice. Nous n'en connaîtrions même pas le nom s'il n'y avait pas d'injustice. Heureusement, quelque chose en nous rejette le mal et désire le bien. À partir de là, nous sommes en mesure de nous juger nous-même ou d'examiner notre vie. Nous devenons responsable de nos actes. Demandons-nous quelles sont les conséquences de chaque acte que

nous accomplissons. En éprouvons-nous de la honte ou de la joie? Cela est-il juste et bon?

Par exemple, Antigone, un personnage de la tragédie grecque de Sophocle, brave une interdiction émise par le roi pour que son frère ait droit à des rites funéraires. C'est sa conscience qui intervient en lui suggérant de faire appel à des lois non écrites, mais gravées dans son cœur, pour que la mémoire de son frère soit commémorée de manière juste et bonne. Ces lois naturelles, ou «lois divines», s'inscrivent dans le cœur des humains.

Pour le philosophe Paul Ricœur, le juste ne devient alors ni le bon ni le légal, mais l'équitable. Selon Ricœur, «la conscience [...] n'est autre que l'intime conviction qui habite l'âme du juge ou du jury, prononçant un jugement en équité». Aristote a établi que l'équitable constitue une règle supérieure des actes humains permettant de remédier aux déficiences de la justice légale. Voilà qui démontre bien la primauté de la conscience. C'est grâce à elle que la grandeur se déploie.

Cette notion d'équité ne se rapprocherait-elle pas de l'amour du prochain? La vertu de la justice ne saurait s'exercer sans prendre cela en considération. En causant injustement du tort à autrui, c'est à nous-même que nous faisons du tort. «Ne fais pas aux autres ce que tu ne voudrais pas qu'on te fasse», stipule la Règle d'or. Le développement de la conscience bénéficie de cette mise en relation avec autrui.

Toujours selon Rabelais, la nature humaine doit demeurer modeste, car consciente de sa finitude. En ce sens, sa pensée rejoint celle de Pascal, qui perçoit non seulement la faiblesse de l'être humain, mais également sa force du fait qu'il a conscience de cette

faiblesse. Savoir reconnaître à la fois sa propre puissance et celle, encore plus grande, qui l'a créé, c'est là toute la grandeur de l'homme.

Rappelons-nous cette célèbre prière: «Mon Dieu, donne-moi la sérénité d'accepter les choses que je ne puis changer, le courage de changer les choses que je peux, et la sagesse d'en connaître la différence.» Sérénité, courage et sagesse seraient-ils les alliés de la conscience? Sans doute, tout comme le discernement s'avère indispensable. Pour mieux distinguer ce qui est mal de ce qui est bien, ce qui nous enferme de ce qui nous libère, cherchons le calme, la simplicité et la lumière. Quittons cet état d'endormissement et engageons-nous à vivre pleinement.

À l'instar du Petit Prince, posons des questions et transformons-nous en chercheur de vérité. Soyons philosophe à notre façon ou devenons un éveilleur de conscience qui s'interroge et cherche comprendre. Redevenons ce petit enfant qui, grâce à sa pureté et son innocence, perçoit souvent la vérité mieux que l'adulte formaté que nous sommes devenu. «Toutes les grandes personnes ont d'abord été des enfants. Mais peu d'entre elles s'en souviennent», dit le Petit Prince. Réveillons-nous pour éveiller notre conscience.

L'ENFANCE



Comment laisser vivre l'enfant en soi?

*D'où suis-je? Je suis de mon enfance.
Je suis de mon enfance comme d'un pays...*

Pilote de guerre, Antoine de Saint-Exupéry

«Mais... qu'est-ce que tu fais là?», demande Antoine de Saint-Exupéry au Petit Prince subitement apparu. «S'il vous plaît... dessine-moi un mouton...», lui répond l'enfant. Ainsi débute la touchante relation entre l'auteur et son célèbre personnage. Puis, Saint-Exupéry écrit: «Quand le mystère est trop impressionnant, on n'ose pas désobéir.» Si seulement il en était ainsi pour tous...

Car ne sommes-nous pas nombreux à avoir désobéi au mystère le plus impressionnant qu'il nous ait été donné de contempler, soit celui de l'enfance? Selon Platon, l'étonnement est à l'origine de la sagesse et, donc, de la philosophie. C'est précisément ce que nous retrouvons face à l'enfant, ce à quoi nous avons le privilège de nous relier à nouveau, même une fois devenu adulte.

Le monde de l'enfance ne devrait être qu'enchantement. L'enfant lui-même est une pure merveille. Le regard qu'il pose sur ce qui l'entoure nous émeut, son authenticité et son imagination nous fascinent. Tout en lui et autour de lui évoque le commencement, la nouveauté, la découverte et l'exploration. Dans l'enfance se trouve la terre originelle des humains, le pays de tous les possibles.

Nous avons été cet enfant. Nous le sommes toujours. Le Petit Prince est venu pour nous le rappeler.



«Les enfants seuls savent ce qu'ils cherchent.»

Le Petit Prince, Antoine de Saint-Exupéry

Le commencement

«Le commencement est plus que la moitié du tout», énonce un proverbe qu'aimaient citer Platon et Aristote. Dans le prologue de l'Évangile selon Jean, il est écrit: «Au commencement était le Verbe, et le Verbe était auprès de Dieu, et le Verbe était Dieu.» Puis, un peu plus loin: «En lui était la vie, et la vie était la lumière des hommes.»

L'enfant n'est-il pas cet éclat de lumière à la fois étonnant et attendrissant? Cette parcelle d'enfance en nous se rapproche inévitablement de la part divine. Aristote disait du jeune qu'il est plein d'espoir, magnanime, l'être humain dans ce qu'il a de meilleur.

Il s'apparente à un matériau brut, à une fleur en train d'éclorre ou à une œuvre d'art sur le point d'être révélée.

Dans le berceau de la vie se loge un monde de possibilités. C'est le grain de blé qui n'a pas encore germé, qui le fera en son temps, grâce à ses expériences. Cela nous rappelle une légende ancienne maintes fois racontée. À une époque inventée où Dieu habite sur terre, un fermier vient le voir pour lui demander une faveur qui, selon lui, ferait disparaître la pauvreté. Il le prie de lui accorder une année pendant laquelle les choses se passeraient comme lui l'ordonnerait. Dieu y consent et, durant cette année, le fermier exige que le meilleur se produise: pas de tonnerre ni de vents violents, donc pas de danger pour les champs. Du soleil lorsque nécessaire, de la pluie de temps à autre. Tout se déroule à la perfection selon l'agriculteur et cela le rend heureux. Le blé pousse merveilleusement bien.

Toutefois, à la saison de la récolte, le fermier s'aperçoit qu'il n'y a pas de grains dans les épis. Surpris, il demande à Dieu ce qui est arrivé. Celui-ci lui explique que, comme il n'a eu aucun défi, aucun conflit, aucune friction et parce que tout ce qui lui apparaissait mauvais a été évité, le blé est demeuré impuissant. «Les éléments difficiles, la lutte et les contraintes sont nécessaires. Ils secouent et éveillent l'âme à l'intérieur du blé», lui rappelle gentiment Dieu.

«Tout est dans tout», affirmait déjà le philosophe grec Anaxagore il y a 2500 ans. «Le bonheur est fait d'éléments non-bonheur», constatait plus récemment Thich Nhat Hanh. La nuit permet de voir le jour, la tristesse nous fait apprécier la joie. Les forces contraires et la résistance qui en résulte fortifient, intensifient et favorisent l'accroissement. Lorsque nous comprenons cela, nous pouvons nous

abandonner davantage à la vie et consentir à ce que la conscience à l'intérieur de nous s'éveille.

C'est ce qu'apprend l'enfant sans se laisser abattre. Au contraire, il ne cesse de réinventer son monde, le créant selon ses aspirations et l'habitant pleinement. Sa carte maîtresse: l'imagination. Une inventivité qui a pour compagnons l'émerveillement et la joie.

L'imagination

«L'imagination représente ce par quoi l'homme fait l'expérience de l'autre, de l'ailleurs, de l'illimité, et, en fin de compte, du sacré», écrit le philosophe français Jean-Jacques Wunenburger. Réduit à sa réalité immédiate, le monde devient une prison. C'est grâce à l'imagination que même le prisonnier peut s'évader, en pensée, dans un ailleurs plus libre et plus lumineux. L'imagination nous fait découvrir de nouvelles dimensions de la réalité. Elle nous sort de nous-même pour nous amener dans le rêve, là où tout devient possible. Elle nous offre le don d'ubiquité en nous permettant d'être simultanément partout où nous voulons.

Selon Kant, «l'homme n'est peut-être jamais davantage au faîte de lui-même que lorsqu'il touche à ce qui le dépasse; or l'imagination est précisément cette instance par laquelle l'esprit transgresse ses limites, tout en ne pouvant jamais se représenter l'illimité que dans la figure de sa propre finitude». C'est pourquoi Maria Montessori suggère d'élargir la personnalité de l'enfant de sorte que «la figure de sa propre finitude» prenne de l'expansion. Pour y arriver, l'illustre pédagogue propose une éducation d'immensité ou de dilatation pour multiplier les centres d'intérêt de l'enfant, exalter son désir de croître et de conquérir l'illimité. Par exemple, au lieu de réprimer son

souhait d'obtenir ce que ses amis possèdent, nous devrions utiliser la force de cette convoitise pour lui montrer l'étendue de ses possibilités. Ainsi, la manifestation de l'un devient la preuve du possible pour l'autre. Le jeune virtuose peut éveiller le talent musical chez un autre enfant tout comme l'admiration pour celui qui est doué dans les sports peut améliorer les capacités de certains membres de son équipe. «Ce qui importe, c'est d'aller vers et non d'être arrivé», nous rappelle Saint-Exupéry dans *Citadelle*.

«Pour apprendre quelque chose à quelqu'un, il faut avant tout provoquer en lui le besoin de cette connaissance. Cela suffit. Le reste n'est rien», note Paul Valéry. Attiser le désir d'apprendre, rendre irrésistible l'envie de grandir en connaissance et, donc, en conscience, voilà le rôle clé de tout éducateur. Si vous avez croisé ce genre d'instituteurs sur votre route, il y a fort à parier que vous vous en souvenez et que vous entretenez une profonde gratitude à son égard.

Simone Weil exprime clairement le principe: «L'intelligence ne peut être menée que par le désir. Pour qu'il y ait désir, il faut qu'il y ait plaisir et joie.» Cette forme de convoitise ne sert pas à combler un manque, mais plutôt à accroître sa capacité de manifestation. Il s'agit d'une appétence joyeuse, enivrante, propulsant l'être vers sa grandeur. C'est ce qui fait naître l'amour en lui.

«Les enfants seuls plantent un bâton dans le sable, le changent en reine et éprouvent l'amour», écrit Saint-Exupéry dans *Citadelle*. L'enfant aime ce qu'il invente, ce qu'il crée. Mais est-ce que l'adulte s'en souvient seulement? Qu'avons-nous mis de l'avant récemment à la suite d'une intuition? Qu'avons-nous concrétisé après l'avoir imaginé? Comment nous sentions-nous? Joyeux sans doute.

Rappelons que, pour Spinoza, l'amour est «une joie accompagnée de l'idée d'une cause extérieure». Apprendre à développer une saine estime de soi, à cultiver des relations harmonieuses avec les autres et à aimer assez la vie pour l'honorer et s'y épanouir, voilà des étapes nécessaires à l'enfance dont il convient de se souvenir à l'âge adulte.

Pour renouer avec cette faculté imaginative, n'aurions-nous pas intérêt à recouvrer notre mémoire, celle des réminiscences d'enfance? La mémoire permet de revisiter le passé pour ainsi stimuler l'imagination à mieux créer l'avenir. Vous souvenez-vous de vos héros de jeunesse, des contes ou des histoires qui vous ont touché, des décors dans lesquels vous avez grandi, des odeurs, des jeux, de vos amis de l'époque? Peut-être possédez-vous un objet particulier que vous avez conservé et qui vous rappelle votre âge tendre. «Dans tous les objets d'enfance, quand on cherche bien, il y a une pensée à trouver», nous révèle le philosophe et journaliste français Roger-Pol Droit. L'un de ces objets retrouvés n'aurait-il pas le pouvoir de réveiller l'enfant en nous afin qu'il nous transmette ses idées les plus lumineuses?

«Il n'est jamais trop tard pour bien faire», dit le proverbe. Dans un élan d'ouverture et d'audace, parviendrons-nous à voir de nouveau le boa qui digère un éléphant sur le dessin de Saint-Exupéry au lieu d'un vulgaire chapeau? N'est-ce pas ce que souhaiterait un Petit Prince fatigué de toujours avoir à donner des explications aux grandes personnes qui ne comprennent jamais rien toutes seules?

L'émerveillement

L'enfant voit au-delà de la réalité. Il observe tout, entend tout, de manière bien discrète parfois. Ainsi, le regard qu'il pose peut

contempler et s'étonner, mais il peut aussi s'interroger. Il cherche et perçoit l'extra dans l'ordinaire. Pour reprendre l'expression de Baudelaire, il évite le «très grand vice» de la banalité.

Pourtant, cette capacité d'étonnement donne parfois l'impression que nous venons d'une autre planète, à l'instar du Petit Prince. L'aptitude à s'étonner et à admirer n'est-elle pas la plus haute possibilité offerte à l'être humain? Dans l'émerveillement se retrouvent à la fois l'amour, le désir de connaître, la quête de sens et, donc, l'éveil de l'intelligence.

L'émerveillement procure cette douce impression de distendre le temps, de le suspendre même par moments. Regardez un enfant observer l'objet de son attention. Pendant plusieurs minutes, il demeurera accroupi devant ce petit oiseau qui farfouille la terre à la recherche de nourriture ou il aura les yeux rivés longuement, sans bouger, sur l'écureuil qui saute d'une branche à l'autre. Héraclite le disait déjà il y a des siècles de cela: «Le temps est un jeu que maîtrisent magnifiquement les enfants.» Il en va de même pour toutes ces nombreuses questions que l'enfant pose et qui, par la magie de la réflexion qu'elles exigent, allongent le temps et permettent de l'habiter intelligemment et consciemment.

Avons-nous pleinement habité le temps récemment? Qu'est-ce qui a capté notre attention au point de nous arrêter pour le contempler? S'agissait-il d'une jeune pousse printanière, d'un arbre majestueux ou de l'étourneau sansonnet picorant dans un arbuste? Par notre simple regard, nous détenons le pouvoir de sublimer ce qui nous entoure. Nous devenons tous artiste à notre façon, car comme l'écrit Victor Hugo, «l'art, c'est le reflet que renvoie l'âme humaine éblouie de la splendeur du beau».

Il faut distinguer l'étonnement ou l'émerveillement de la curiosité ou de la recherche incessante du nouveau ou du sensationnel. Le danger avec la curiosité, c'est qu'elle ne s'attarde jamais nulle part. Elle pousse à la dispersion, à l'agitation et à la distraction. Elle ne désire pas tant savoir qu'avoir su. Pour qu'il y ait étonnement ou émerveillement, il doit y avoir présence et attention. C'est le cadeau qu'offre l'enfant à la vie. Il observe, s'attarde et pose des questions. Ainsi, tel un alchimiste, il transforme le monde autour de lui tout en s'approchant de la vérité.



«Les enfants doivent être très indulgents envers les grandes personnes.»

Le Petit Prince, Antoine de Saint-Exupéry

La vérité

«Les contes de fées c'est comme ça. Un matin on se réveille. On dit: "Ce n'était qu'un conte de fées..." On sourit de soi. Mais au fond on ne sourit guère. On sait bien que les contes de fées c'est la seule vérité de la vie», écrit Saint-Ex. Selon Bruno Bettelheim, les éléments les plus stables des contes de fées sont l'imagination, la guérison, la délivrance et le réconfort. «Le réconfort exige que l'ordre normal des choses soit rétabli», précise-t-il. Ainsi se créent les fins heureuses. Parce que ce n'est qu'en nous heurtant aux dangers et en acceptant

de voir la vérité en face que nous pouvons nous transformer et accéder à la vie heureuse.

«La vérité sort de la bouche des enfants», énonce le proverbe. Mais «toute vérité n'est pas bonne à dire», prévient l'autre. Toutefois, lorsqu'elle est dite avec l'innocence et la pureté de l'enfance, de manière authentique et sans mauvaise intention, n'est-il pas utile de s'y intéresser? Dévoilant ainsi des vérités, l'enfant devient parfois prophète ou, à tout le moins, un possible maître d'épanouissement.

L'enfant qui ne cesse de demander pourquoi n'est-il pas un grand philosophe? À chaque nouvelle réponse que l'adulte lui donne, il ajoute: «Oui, mais pourquoi?» Voilà une délicieuse façon d'aller au fond des choses. Par exemple, imaginons un adulte qui se plaint de ne pas aimer son travail et à qui l'enfant demande pourquoi il en est ainsi. L'adulte répondra peut-être qu'il n'a pas l'impression d'être reconnu ou apprécié à sa juste valeur. L'enfant renchérra en demandant pourquoi. L'adulte devra réfléchir et trouver les raisons qui l'incitent à croire cela. Chemin faisant, de pourquoi en pourquoi, il réalisera qu'il porte en lui un profond manque d'estime de lui-même qui le pousse à toujours souffrir de ce supposé manque de reconnaissance, peu importe dans quelle sphère de sa vie il se trouve. Ainsi, l'enfant devient non seulement un philosophe et un prophète, mais un thérapeute doué. Décidément, on lui a distribué les rôles les plus importants!



«Les enfants seuls écrasent leur nez contre les vitres.»

Le Petit Prince, Antoine de Saint-Exupéry

L'âge de raison

Autour de sept ans, l'enfant atteint l'âge de raison. Il s'agit d'une période durant laquelle il vit de grands changements sur les plans intellectuel, moteur, affectif et social. C'est la sortie de l'œdipe ou la fin du désir de se marier avec papa ou maman. L'enfant cherche à devenir libre et responsable. Pour cela, il quitte son monde imaginaire pour rejoindre celui du raisonnement logique, de la sociabilité et, ultimement, de la comparaison et de la performance.

Pendant cette période de transformation, ce passage obligé ou cet oubli originel, le petit se prépare à la vie adulte. Il développe sa conscience morale en faisant dorénavant la distinction entre le bien et le mal. Puis, il apprend à mentir, souvent pour ne pas déplaire. Ainsi, il devient tranquillement un adulte flirtant avec le risque de s'oublier et de devenir quelqu'un d'autre que lui-même. De là l'importance pour les parents et les éducateurs de faire exister les enfants selon ce qu'ils sont profondément. *Volo ut sis*, qui se traduit par «je veux que tu sois», est la clé de voûte de cette période candide.

Dans le même esprit, l'adulte que nous sommes aujourd'hui pourrait simplement émettre ce souhait à l'enfant qui vit toujours à l'intérieur de lui: «Je veux que tu demeures.» Ce n'est pas sans rappeler cette sublime pièce de Jean-Sébastien Bach intitulée *Jésus, que ma joie demeure*. La survivance de l'enfant en soi grâce à sa

réunification avec l'adulte permet de retrouver cette joie profonde si caractéristique du pays de l'enfance.

Pour nous aider à rétablir la connexion, pourquoi ne pas utiliser ce fameux pouvoir enfantin de l'imagination et de l'inventivité et oser mettre par écrit une invitation qui devra peut-être débiter par une rédemption? Si nous pouvions parler à l'enfant que nous avons été, qu'aimerions- nous lui dire?

À toi

À toi, petit bout de moi, qui as préservé l'essentiel de ce que je suis au plus profond de mon être, je viens te demander pardon de t'avoir délaissé à certains moments. Comment ai-je pu croire que je pouvais vivre sans toi? Trop d'empressement sans doute à vouloir devenir un adulte sérieux. Pourtant, comme Jacques Brel le mentionne si bien, «ça n'existe pas les adultes, c'est une attitude. On n'en finit pas de courir après les rêves qu'on a eus quand on était petits».

Pour faire amende honorable, je t'offre aujourd'hui de me mettre davantage à ton service. Quels sont ces rêves que tu poursuivais? Ne serait-il pas temps de les réaliser? Accepterais-tu de me souffler à l'oreille, et dans le cœur, ce qui importe d'être concrétisé? M'insufflerais-tu un peu de cette confiance débonnaire et de cette audace de vivre qui te caractérisent? Il me semble que j'en aurais bien besoin...

Pour te célébrer et te rendre grâce, je promets de cheminer vers qui je suis, authentiquement et courageusement. Puis, j'essaierai de porter sur le monde ton regard si doux et émerveillé. Je souhaite m'attarder davantage, m'arrêter pour contempler le beau et le bon, ressentir mes émotions et remercier la vie de tous ses bienfaits.

M'aiderais-tu à reconnaître et suivre l'élan de mes pétilllements intérieurs? J'aimerais tant redevenir aussi vibrant et vivant que toi.

Je veux que tu demeures afin que je devienne pleinement qui je suis. Je ne veux surtout pas ressembler à ces voyageurs endormis évoqués par l'aiguilleur dans *Le Petit Prince*. Je préfère continuer de m'écraser le nez contre la vitre pour m'extasier du paysage sans cesse changeant qui défile devant mes yeux. Je souhaite perdre mon temps à admirer les étoiles en utilisant leur scintillement pour me rappeler que tu existes toujours et que, de ce fait, je peux renaître à chaque instant, à chaque moment d'émerveillement.

Laisse-moi tenir ta main, non pas pour te diriger, mais pour que tu me guides. Cheminons ensemble, si tu le veux bien, en tendant l'autre main vers ce vieillard qui nous attend peut-être à l'âge d'or de notre existence. Ainsi, dans son cœur et son regard, nous existerons toujours tous les deux. Puis, dans le souvenir de chacun de ces passages de la vie, nous vivrons éternellement.

LA PROVIDENCE



Sommes-nous divinement guidé?

J'ai toujours aimé le désert. On s'assoit sur une dune de sable. On ne voit rien. On n'entend rien. Et cependant quelque chose rayonne en silence...

Le Petit Prince, Antoine de Saint-Exupéry

Bien qu'il s'agisse d'un sujet délicat, voire désuet pour certains, il nous apparaît utile – donc joli, selon le Petit Prince – de nous intéresser à la providence puisqu'elle œuvre dans cet invisible qui nous intrigue autant qu'il nous émerveille. Ce «quelque chose [qui] rayonne en silence», pour reprendre les mots du Petit Prince, n'a pas besoin d'être lié à une religion, mais simplement à une croyance personnelle qui apaise et fait du bien. La providence peut être perçue comme le diapason céleste qui accorde les humains au rythme de la nature, c'est-à-dire au rythme de la vie elle-même.

Le mot *providence* dérive du latin *providentia*, qui signifie «prévoyance», un néologisme créé par Cicéron qui provient de *pro*, «en avant», et *videre*, «voir». La providence est ce qui voit d'avance; c'est Dieu pour les chrétiens par exemple. La plupart des courants spirituels ou religieux la décrivent comme une action d'une volonté

extérieure, transcendante à l'homme et conduisant à des fins positives, à une possible évolution. Comme l'écrit Shakespeare dans *Hamlet* (acte V, scène II): «Et cela doit nous apprendre qu'il est une divinité qui donne la forme à nos destinées, de quelque façon que nous les ébauchions.»

Au III^e siècle avant notre ère, Zénon de Cittium, le fondateur de l'école stoïcienne, proposait déjà de vivre conformément à la nature. Pour l'homme, il s'agit de devenir qui il est, de trouver sa juste place et d'être en harmonie avec le monde qui l'entoure. Puis, au I^{er} siècle, c'est au tour d'Épictète d'énoncer l'impératif suivant: «Veux ce qui arrive comme il arrive.» *Que sera sera* ou ce qui doit arriver arrivera, alors autant s'en contenter, l'apprécier et en profiter pour advenir au meilleur de soi par la même occasion.

Dans le *Manuel* d'Épictète (chapitre XVII), on trouve la métaphore de l'acteur qui rappelle l'importance de bien jouer son rôle: «Souviens-toi que tu es acteur dans la pièce où le maître qui l'a faite a voulu te faire entrer, soit longue ou courte. S'il veut que tu joues le rôle d'un mendiant, il faut que tu le joues le mieux qu'il te sera possible. De même s'il veut que tu joues celui d'un boiteux, celui d'un prince, celui d'un particulier; car c'est à toi de bien jouer le personnage qui t'a été donné; mais c'est à un autre à te le choisir.» Épictète rejoint en ce sens la suggestion de Spinoza en matière de bonheur, qui consiste, pour l'homme, à réaliser sa nature profonde. Rien ne sert d'essayer d'être quelqu'un d'autre, mieux vaut œuvrer à jouer son rôle à la perfection.

Dans ce grand jeu de la vie, l'acteur que nous sommes n'aurait-il pas intérêt à être attentif aux messages que lui envoie la providence pour l'aider à déployer son potentiel et vivre mieux? N'est-ce pas

l'invitation à laquelle fait référence Antoine de Saint-Exupéry dans plusieurs de ses écrits, une exhortation à laisser advenir Dieu en l'homme? Dans la spiritualité orthodoxe, on parle de théosis, cette communion-participation avec Dieu ou le fait de «devenir par la grâce ce que Dieu est par nature», comme le préconise Athanase, le Phare de l'Orient. Ce concept s'apparente à une conversion ou à ce que les Grecs anciens appelaient la «métanoïa», un mouvement de retournement par lequel l'homme s'ouvre à plus grand que lui-même en lui-même. Il s'agit d'une transformation semblable à celle de la chrysalide qui devient papillon.



«Les bras de l'amour vous
contiennent avec votre présent,
votre passé, votre avenir, les bras
de l'amour vous rassemblent.»

Courrier Sud, Antoine de Saint-Exupéry

La danse

Au moment de la rédaction de ce chapitre, un texte de Madeleine Delbrêl se fraye un chemin jusqu'à notre mémoire. Cette mystique chrétienne française nous offre une magnifique prière ayant pour titre *Seigneur, venez nous inviter à danser avec Vous*. Qu'il l'appelle Dieu, Bouddha, Allah ou autrement, l'homme y perçoit une force qui

l'englobe et le dépasse. Et si cette puissance lui tendait régulièrement la main pour l'inviter à danser avec elle?

«Faites-nous vivre notre vie, non comme un jeu d'échecs où tout est calculé, non comme un match où tout est difficile, non comme un théorème qui nous casse la tête, mais comme une fête sans fin où Votre rencontre se renouvelle, comme un bal, comme une danse, entre les bras de Votre grâce, dans la musique universelle de l'Amour», écrit Madeleine Delbrêl.

Ne serions-nous pas mieux en mesure de voir la providence à l'œuvre lorsque nous acceptons cette invitation à danser? Quand nous dansons, nous ne faisons pas que des pas vers l'avant, mais nous allons de côté parfois, nous retournons derrière ou tournoyons sur nous-même. Et s'il existait une manière de danser avec la vie afin qu'elle nous soit plus lumineuse, comme le proclame la locution latine du début de la Genèse: *fiat lux*, que la lumière soit?

On retrouve une belle illustration de cette danse à travers Shiva, le plus grand des dieux hindous que l'on représente souvent sous les traits de Naṭarāja, le danseur cosmique. *Shiva* signifie «le bienfaisant» ou «celui qui porte bonheur». Divinité de la destruction pour la création d'un nouveau monde, il transforme et conduit à la manifestation. Pour les hindous, Shiva est également considéré comme le dieu du yoga, celui qui possède la connaissance universelle, suprême et absolue. Son troisième œil montre qu'il voit au-delà de la réalité matérielle.

Ce danseur cosmique rappelle à l'homme que la vie est une danse par laquelle tout naît et meurt un jour; dans l'intervalle, tout se transforme pour créer sans cesse un monde nouveau se rapprochant du processus éternel. Chez les hindous, la danse, tout comme les

offrandes et les fleurs, fait partie des plus belles façons de plaire à son dieu. «Adorer Dieu en dansant accomplit toute inspiration et la voie de la délivrance s'ouvre à celui qui danse», dit un texte ancien.

À quand remonte la dernière fois où vous avez dansé avec la vie? Il se pourrait que ce soit lors d'un enchaînement de circonstances qui vous a permis de créer quelque chose de nouveau ou de vous transformer de telle façon que votre existence s'en est trouvée illuminée. La fin d'une carrière, par exemple, vous a peut-être donné l'occasion de vous recycler dans de nouvelles activités qui, en fin de compte, vous ont propulsé vers votre véritable vocation. Il peut s'avérer fort agréable de retracer ces épisodes dans le temps afin de percevoir le chemin qu'ils ont pavé vers l'avènement d'un changement.

«Il n'y a pas de hasard, il n'y a que des rendez-vous», écrit le poète français Paul Éluard. Et si nous avons rendez-vous autant avec les gens qu'avec les événements? C'est dans ces rencontres fortuites, imprévues, que nous voyons la providence, comme si une divine orchestration avait souhaité ce face-à-face. Par exemple, une discussion avec un chauffeur de taxi peut nous avoir appris une belle leçon qui nous aide à vivre encore aujourd'hui, ou un livre trouvé par hasard nous a peut-être inspiré à écrire à notre tour. Sommes-nous attentif à ces rendez-vous? Qu'en faisons-nous? Leur permettons-nous de nous guider, d'influencer nos pensées comme nos actions?

Pour peu que nous demeurions présent et attentif, nous nous apercevons que toute notre existence est parsemée de ces signes qui paraissent parfois insensés sur le moment, mais qui prouvent leur signification ultérieurement. C'est l'exemple d'une personne qui se sent continuellement attirée par un village en particulier, tombe sans

cesse sur des articles ou des livres qui y font référence, rencontre des gens qui viennent de cet endroit ou y ont séjourné. Puis, un jour, alors qu'elle s'y balade tranquillement, elle aperçoit une maison à vendre, une demeure à laquelle est jouté un atelier d'artiste qui lui permettra enfin de réaliser ce rêve d'enfance de peindre à l'aquarelle les éléments les plus touchants de la nature.

La providence pourrait être perçue comme la maîtresse de ces signes qui se présentent à nous sous une multitude de formes dans le but de nous diriger vers des réalisations particulières. Et si nous devenions davantage à l'écoute de ces indications? C'est cette synchronicité à laquelle les bouddhistes sont sensibles: un enchevêtrement de circonstances ou d'événements significatifs et porteurs de messages. «Il n'existe pas de personnes nées sous une bonne ou une mauvaise étoile, juste des gens qui ne savent pas lire le ciel», affirme le dalaï-lama. Pour les adeptes du Bouddha, la synchronicité représente la «magie ordinaire», qui suggère que tout est lié ou interdépendant et, donc, qu'il existe toujours un lien de cause à effet.

Rappelons-nous cependant de conserver un équilibre ou une juste mesure pour ne pas perdre de vue notre capacité de discernement. À trop chercher des signes, nous risquons d'en inventer, puis de nous étourdir et de nous dérouter. Il ne faut pas verser dans une paranoïa ou un délire d'illuminé! Mieux vaut apprendre à écouter autant le cœur que la raison, à rester calme, présent et attentif à chacune de ces facultés. Ainsi, nous serons plus en mesure de trouver la vérité et d'être en harmonie avec nos intuitions et les actions qui en découleront.

À l'idée de providence peuvent s'adjoindre des notions telles que le symbolisme, les prémonitions sous forme de rêves, de ressentis ou même de visions. Aussi naturelle que l'air, l'eau et la terre, la providence s'avère souvent plus accessible qu'on le croit. Elle permet à l'homme de ne jamais se sentir seul, mais accompagné et guidé par une conscience bienveillante qui gouverne le monde.

Les cultures arabe, juive et indienne l'illustrent bien avec l'un des plus célèbres symboles de protection appelé la «main de Fatima» (*Hamsa*) ou la «main de Dieu». Les juifs la nomment aussi la «main de Myriam» ou la «main de Marie». Cette protection sacrée du Moyen-Orient est représentée par une main avec un œil en son centre. Évoquant les bénédictions, le pouvoir et la force, elle a pour rôle de défendre l'homme du mauvais œil. Les cinq doigts de la main font référence aux cinq livres de la Torah chez les juifs, mais également à la cinquième lettre de l'alphabet hébreu, *hé*, qui est l'un des saints noms de Dieu. En outre, cette main nous encourage à utiliser nos cinq sens pour prier.

L'étincelle

Cette providence symbolisée par une main tendue figure dans l'une des fresques de Michel-Ange intitulée *La création d'Adam*. Dieu y est représenté par un vieil homme barbu qui, du bout de son index, transmet l'étincelle de vie à Adam. Véritable hymne à la providence divine tout comme à la liberté de l'homme, cette œuvre illustre l'invitation de Dieu (ou d'une force qui nous dépasse que nous pourrions appeler simplement la vie) à danser, comme le propose Madeleine Delbrêl.

Serait-ce une invitation à laisser naître et briller cette étincelle du divin en l'homme? C'est ce que l'on nomme «syndérèse» en théologie, soit la capacité de reconnaître le bien de manière infaillible. Thomas d'Aquin la décrit comme une faculté de raison et d'intelligence qui permet le remords de conscience. Au plus profond de nous, quelque chose sait si nous avons mal agi ou si nous avons causé un tort par exemple. Cette capacité de l'homme démontre sa pureté, le lieu de son union à Dieu ou quelque chose de plus grand que lui en lui. C'est la fine pointe de l'âme ou l'«étincelle de la conscience», pour reprendre l'expression de Jérôme de Stridon, reconnu comme l'un des quatre Pères de l'Église latine.

La providence se conçoit comme une volonté divine certes, mais de l'ordre d'un esprit bienveillant, sage et protecteur. Nous demeurons souple quant à ses pouvoirs vu notre libre arbitre et, donc, notre choix d'accepter ou non l'invitation qui nous est lancée. Évitions les extrêmes encore une fois et tâchons de rester simplement ouvert à cette notion de providence.

Autant il serait utopique de croire en une force qui décide et gère tout de manière unilatérale, nous laissant comme des pantins impuissants, autant il serait ridicule de croire en notre surpuissance, nous rendant capable de tout, mais surtout responsable de tout. Dans cet entrelacement de la vie œuvrent sans doute différentes forces, mues par un principe de causalité, mais également chargées de nous faire évoluer au passage. Il importe peu de tout savoir. Selon Socrate, «la seule vraie sagesse est de savoir qu'on ne sait rien».

Bref, prenons simplement le temps d'y réfléchir, d'observer la possible présence de la providence au sein de notre vie et, surtout, d'examiner notre façon d'y répondre. Voyons-y une lumière délicate,

une éclaircie qui illumine notre chemin plutôt qu'un éclair foudroyant.

Dans cette douce brillance, on retrouve la candeur et l'humilité. C'est ce que génère aussi l'idée de providence lorsque nous la percevons à l'œuvre dans notre existence. La providence, ou cette âme du monde paisible, tendre et aimante, semble chuchoter davantage qu'elle ne crie...



«Si quelque chose s'oppose
à toi et te déchire, laisse croître,
c'est que tu prends racine
et que tu mues.»

Citadelle, Antoine de Saint-Exupéry

L'abandon

«L'art de s'abandonner n'est que celui d'aimer», écrit le père Jean-Pierre de Caussade dans son petit livre intitulé *L'abandon à la Providence divine*. Est-ce à dire que la providence nous invite à nous abandonner à la vie, à ce qu'elle souhaite nous enseigner, mais également à ce qu'elle nous permet de devenir?

Cette notion d'abandon ne doit pas être interprétée comme un acte de lâcheté, mais au contraire comme une forme de courage, de confiance en une intelligence suprême à laquelle nous acceptons de

nous ouvrir. Plus encore, bien que cela puisse être choquant pour certains, elle se veut une soumission et une obéissance à une bienveillante puissance à l'œuvre. Car «il n'y a de paix stable que dans la soumission à l'action divine», écrit Jean-Pierre de Caussade.

Alors, la question qui se pose est la suivante: à quoi pouvons-nous nous soumettre ou obéir? À notre autorité intérieure ou à notre capacité de discernement qui nous permet de demeurer dans ce qui est juste et bon? En choisissant de vivre selon la vertu fondamentale de l'amour, nous sommes au-delà de l'ego et nous nous sentons connecté aux autres, à la nature ainsi qu'à la vie. Là nous attend la providence.

«Joindre les mains, c'est bien, mais les ouvrir, c'est mieux», suggère Ratisbonne. Voilà l'image parfaite de cet abandon à la providence. Nous y retrouvons la posture du chrétien récitant le *Notre Père*, les mains ouvertes, prêtes à donner autant qu'à recevoir. «Que ta volonté soit faite», proclame la prière. C'est l'acceptation amoureuse de ce qui nous est envoyé en quelque sorte. Cet appel à l'amour de ce qui est nous encourage à avancer et grandir au lieu de résister. Voilà une belle façon pour l'âme humaine de se perfectionner.

Ces mains ouvertes nous rappellent également de faire de la place pour l'avènement du meilleur pour nous, du meilleur en nous. Le véritable abandon entraîne la purification du cœur, le cœur devenant alors disposé non seulement à vouloir ce qui nous arrive, mais à l'embrasser complètement pour croître, même si cela doit passer par la souffrance. «Quand on s'abandonne on ne souffre pas. Quand on s'abandonne même à la tristesse on ne souffre plus», écrit Antoine de Saint-Exupéry dans *Courrier Sud*.

«Tout est grâce»

«Tout est grâce», disait Thérèse de l'Enfant-Jésus. Même dans les difficultés et la souffrance que celles-ci engendrent, nous pouvons voir la providence à l'œuvre. Certaines épreuves cachent un cadeau ou ce que les mystiques appellent une «grâce». Pensons à ces périodes sombres de notre existence, aux drames que nous avons vécus. Certains d'entre eux ne nous ont-ils pas enseigné quelque chose de précieux? Nous devons admettre que nous grandissons aussi dans l'adversité.

Ces écueils vécus, que nous pourrions appeler «croix de la providence», ne doivent pas demeurer vains. Au contraire, ils peuvent s'avérer riches d'enseignements, de prises de conscience et même de réalignements de vie. Le douloureux divorce, l'angoissante perte d'emploi ou la pénible maladie nous ont peut-être permis de développer notre indépendance et notre autonomie, d'enfin accomplir notre mission ou de devenir plus conscient de la fragilité de la vie et d'en profiter au maximum dorénavant.

«La vie, c'est ce qui arrive quand on avait prévu autre chose», disait John Lennon. L'homme a tendance à se faire des programmes en oubliant qu'il fait également partie d'un plus grand plan. Voilà sans doute pourquoi les choses ne se passent pas toujours comme il l'entend, et ce, dans le dessein probable de l'instruire et le faire évoluer. C'est le «merveilleux malheur» du célèbre psychiatre Boris Cyrulnik. «Le malheur n'est jamais pur, pas plus que le bonheur, rappelle-t-il. Un mot permet d'organiser notre manière de comprendre le mystère de ceux qui s'en sont sortis. C'est celui de résilience, qui désigne la capacité à réussir, à vivre, à se développer en dépit de l'adversité. En comprenant cela, nous changerons notre

regard sur le malheur et, malgré la souffrance, nous chercherons la merveille.»

En psychologie, on parle de raisonnement contrefactuel, une notion qui a des origines philosophiques et que l'on retrouve notamment chez Aristote et Platon. Ce type de raisonnement nous permet de tout remettre en perspective en imaginant d'autres scénarios pour les événements du passé. Idéalement, nous utiliserons cette manière de penser pour voir le bon côté des choses, comme on dit. Par exemple, si nous n'avions pas vécu cette difficile séparation, nous n'aurions jamais autant développé notre autonomie et notre indépendance. Ou si nous n'avions pas été malade, nous ne nous serions pas autant ouvert à la spiritualité. En prenant enfin soin de notre vie intérieure, nous avons l'impression d'avoir grandi en conscience, d'avoir amplifié notre amour pour la vie et pour tout ce qui en fait partie.

Les trésors sont parfois plus faciles à trouver qu'on a tendance à le croire... Il y a tant de grâces à recevoir en cette vie, mais encore une fois, cela nous demande présence et attention, ouverture de cœur et d'esprit, amoureuse acceptation.

Ainsi, à l'instar de celle que l'on appelle affectueusement la «petite Thérèse», nous constaterons nous aussi que tout est grâce. Nous réaliserons que rien d'excessif ne nous est demandé, seulement d'emprunter cette voie dont parle Thérèse de Lisieux, celle des petits actes ou des petits pas, pour reprendre les termes de cette jolie prière de Saint-Exupéry: «Seigneur, apprend-moi l'art des petits pas. Je ne demande pas de miracles ni de visions, mais je demande la force pour le quotidien! [...] Donne-moi non pas ce que je souhaite, mais ce dont j'ai besoin. Apprends-moi l'art des petits pas!»



«Une illumination soudaine
semble parfois faire bifurquer une
destinée. Mais l'illumination n'est
que la vision soudaine, par l'Esprit,
d'une route lentement préparée.»

Pilote de guerre, Antoine de Saint-Exupéry

L'espérance

En théologie, l'espérance est une vertu par laquelle le chrétien adhère à Dieu en tant que finalité suprême afin d'obtenir les grâces divines et l'alliance éternelle. Au-delà de sa définition théologique, l'espérance est un sentiment de confiance en l'avenir, l'espoir que tout peut s'organiser pour le mieux. Aucune certitude, bien entendu, mais un espoir qu'il existe quelque chose de plus grand qui nous sous-tend, la foi en une prodigieuse intelligence qui expliquerait l'ordre du cosmos ou ce qu'Einstein nomme la «raison universelle».

«L'âme de votre âme, c'est la foi», énonce saint Augustin. La providence ne serait-elle pas ce qui relie la profondeur de l'être humain à sa partie la plus élevée, la plus proche de Dieu ou à plus grand que lui en lui?

Dans cet état de confiance et d'espoir, l'être humain peut vivre de manière plus reposée, sachant qu'il n'a rien à prouver, qu'il n'a pas

non plus à se comparer. Il n'a qu'à jouer dignement son rôle. «La rose est sans pourquoi, elle fleurit parce qu'elle fleurit, n'a pour elle-même aucun soin, ne demande pas: suis-je regardée?», poétise Angelus Silesius, surnommé «le Prophète de l'Ineffable». Les fleurs et autres éléments de la nature tels que les oiseaux nous invitent à croire en la providence. «Regardez les oiseaux du ciel: ils ne sèment ni ne moissonnent, et ils n'amassent rien dans des greniers; et votre Père céleste les nourrit. Ne valez-vous pas beaucoup plus qu'eux?», peut-on lire dans la Bible (Matthieu 6, 26).

Et si, au lieu de la juger trop subjective ou même désuète, à notre tour, nous tendions la main à la providence? Ou comme le propose si justement Madeleine Delbrêl, si nous apprenions «à revêtir chaque jour notre condition humaine comme une robe de bal, qui nous fera aimer de Vous, tous ses détails comme d'indispensables bijoux»? Avec patience et tendresse, exerçons-nous simplement à devenir un meilleur danseur.

DIEU



Qui est-Il?

*Peu m'importe que Dieu n'existe pas!
Dieu donne à l'homme de la divinité.*

Carnets, Antoine de Saint-Exupéry

L'organisation prodigieuse de l'Univers, tant à l'échelle microscopique qu'à l'échelle macroscopique, ne saurait s'expliquer par le hasard, ce dernier ne pouvant rendre compte que de ce qui arrive *rarement*. Si deux personnes se rencontrent chaque jour au marché, on ne peut plus parler de «hasard». Pourtant, l'occurrence de la vie sur terre ressemble à un enchaînement parfait de circonstances qui ne peuvent pas non plus relever de pures coïncidences.

Il y a 14 milliards d'années, à partir de ce que l'on appelle le modèle cosmologique du big bang, un admirable équilibre s'est mis en place entre quatre interactions ou forces élémentaires: la force électromagnétique, la force gravitationnelle, la force nucléaire forte et la force nucléaire faible. Ces forces sont responsables de tous les phénomènes physiques observés dans l'Univers. C'est d'ailleurs ce qu'Einstein tentait d'unifier. Il souhaitait découvrir une «théorie du tout» susceptible de décrire de manière cohérente l'ensemble des

interactions fondamentales. Selon lui, il devait nécessairement exister une formule permettant d'expliquer l'équilibre parfait de ces quatre forces à l'œuvre. Car s'il advenait un infinitésimal changement à cette formule, plus rien ne pourrait exister.

La physique quantique dit qu'à l'échelle subatomique nous sommes tous interreliés. Pas seulement ce qui est vivant, mais aussi toutes choses. De l'infiniment petit à l'infiniment grand, il existe donc un incomparable ordre de l'Univers dont la cause première intrigue les savants. À ce sujet, Einstein écrit: «Des hommes reconnaissent alors quelque chose d'impénétrable à leur intelligence mais connaissent les manifestations de cet ordre suprême et de cette Beauté inaltérable [...] Je ne me lasse pas de contempler le mystère de l'éternité de la vie. Et j'ai l'intuition de la construction extraordinaire de l'être. Même si l'effort pour le comprendre reste disproportionné, je vois la Raison se manifester dans la vie.»

De son côté, Cecil Hamann, illustre biologiste, déclarait: «Que j'étudie une gouttelette d'eau à l'aide du microscope ou que je contemple une étoile éloignée au moyen du télescope, je dois admirer l'ordre et la précision si évidents partout, une précision si parfaite que l'homme a pu formuler des lois pour exprimer son uniformité [...] Il doit y avoir derrière tout cela un Être suprême, car les lois et l'ordre ne peuvent exister sans une intelligence suprême.» Cela n'est pas sans rappeler le distique de Voltaire: «L'univers m'embarrasse, et je ne puis songer / Que cette horloge existe et n'ait point d'horloger.»

Quelle est donc cette «Raison», comme l'appelle Einstein, ou cette puissance créatrice du tout? Peu importe notre allégeance religieuse, et même si nous sommes athée, nous pouvons supposer que la

croyance en un tel principe créateur – qu'on le nomme Dieu ou autrement – nous permet de nous interroger tout en cherchant quelque chose de prodigieux, ce qui ne peut que nous élever plutôt que nous disperser. Car comme l'écrit Antoine de Saint-Exupéry, «les hommes [...] s'enfourment dans les rapides, mais ils ne savent plus ce qu'ils cherchent. Alors ils s'agitent et tournent en rond...».

Il ne suffit pas de croire de manière aveugle et sans fondement. A contrario, il serait paresseux de se dire athée sans préciser le dieu dont on réfute l'existence. En effet, tout le monde est athée de certains dieux. Par exemple, s'il s'agit de Zeus, plus d'un conteste son existence. Si c'est toutefois le Dieu chrétien, quelle conception de ce dernier rejetons-nous? En nier les caricatures – lesquelles ne manquent pas – est manifestement vain et illusoire. Cependant, comment savoir que c'est bien le Dieu chrétien que nous rejetons et non les personnes auxquelles nous L'associons? Mais qui est Dieu, au juste? Si nous prétendons Le nier, il faut savoir ce que nous nions exactement. Contestons-nous ce qu'un professeur nous a dit un jour à Son sujet? Ou ce que nous avons lu quelque part Le concernant? Auxquels cas ce que nous réfutons, ce sont Ses représentations, certainement pas Dieu. Comment faire, dès lors, pour ne pas se tromper?



«Vous enseignerez la méditation
et la prière car l'âme

y devient vaste.»

Citadelle, Antoine de Saint-Exupéry

À l'origine

L'histoire montre que toutes les civilisations se sont posé cette question sur la nature et l'existence de Dieu. C'est d'abord l'avènement des rituels funéraires qui a fait naître une certaine religiosité. Les premiers hommes mettaient un signe sur la tombe du défunt pour témoigner de leur ferveur religieuse. De cette façon, ils cherchaient à donner un sens à cette mort, à marquer son passage et à possiblement ouvrir la voie à un au-delà.

Pour les hommes préhistoriques, il s'agissait davantage d'une religion de la nature, d'un monde composé de visible et d'invisible. Certains, que l'on appelait des «chamans», possédaient des dons particuliers leur permettant d'être l'intermédiaire ou l'intercesseur entre les esprits de la nature et les humains. Un chaman pouvait non seulement interpréter les signes, mais il conseillait, soignait et guérissait, tout cela dans le secret.

Puis, les peuples se sont mis à vénérer les déesses (avant les dieux). Et ce virage demeure récent puisque les premières représentations de déesses datent de 10 000 ans seulement alors que les plus vieux fossiles d'*Homo habilis* remontent à plus de deux millions d'années. *Homo sapiens*, quant à lui, serait apparu il y a environ 300 000 ans.

Depuis une éternité, l'humain se voit naturellement porté vers le ciel. Il a le sentiment ou le pressentiment d'un mystère. Sinon, comment expliquer toute cette ingéniosité vivante, cette sublime

beauté? Comment expliquer la splendeur de la création, de l'Univers et de l'être humain lui-même?

L'idée de Dieu accompagne la réflexion humaine depuis des lustres. Selon Aristote, le concept du divin est né de deux causes originelles: des phénomènes qui concernent l'âme et des phénomènes célestes. Dans sa célèbre conclusion à la *Critique de la raison pratique*, Kant écrit: «Deux choses remplissent le cœur d'une admiration et d'une vénération toujours nouvelles et toujours croissantes à mesure que la réflexion s'y attache et s'y applique: *le ciel étoilé au-dessus de moi et la loi morale en moi.*» Autant l'être humain se sent dépassé par l'immensité du monde dans lequel il vit, autant il peut éprouver à l'intérieur de lui une indignation face aux injustices et un désir de justice.

«Le divin est à la fois perçu comme personnel et impersonnel, comme transcendant et immanent, dans lequel on peut s'identifier ou se fondre», précise Frédéric Lenoir dans son livre d'entretiens avec Marie Drucker intitulé *Dieu*. Il nous rappelle les trois grandes métamorphoses du visage de Dieu dans la modernité: on passe d'un Dieu personnel à un divin impersonnel; d'un Dieu masculin qui donne la loi à un divin aux qualités féminines d'amour et de protection; d'un Dieu extérieur qui vit dans les cieux à un divin que l'on rencontre en soi.

Le Petit Prince semble y réfléchir aussi en se questionnant sur le bien et le mal puis en se demandant «si les étoiles sont éclairées afin que chacun puisse un jour retrouver la sienne». Rappelons que le mot *divinité*, de la langue indo-européenne, signifie étymologiquement «lumière» ou «ce qui brille», comme une étoile dans le ciel. Est-ce que «retrouver son étoile» pour le Petit Prince

correspond à la découverte ou la prise de conscience de la part de divin en l'homme?

Cette reconnexion de l'humain à sa source divine est un concept que l'on trouve au sein de plusieurs religions ou courants spirituels. Le Bouddha prône l'affranchissement par une quête de sagesse intérieure tandis que Jésus désigne la relation à Dieu comme une source de libération.

Pour Socrate, ces notions de libération et de reconnexion passent par la connaissance de soi au moyen de la raison. La plupart des philosophes grecs étaient convaincus de l'existence d'une part divine en l'être humain. Ils croyaient même qu'elle était la plus importante et qu'il fallait la cultiver si l'on souhaitait être heureux.

Les stoïciens voient Dieu comme l'âme du monde et le monde comme le corps de Dieu. Platon et Aristote suggèrent un «souverain bien» tandis que Plotin dit de Dieu qu'Il est «l'Un». La contemplation de ces différentes notions est considérée comme la plus noble des activités humaines.



«Quand la foi s'éteint c'est Dieu
qui meurt et qui se montre
désormais inutile.»

Citadelle, Antoine de Saint-Exupéry

La fonction de Dieu ou du divin

«Définissez-moi d'abord ce que vous entendez par Dieu et je vous dirai si j'y crois», avait répondu Einstein à la question de savoir s'il croyait ou non en Dieu. Ce n'est pas une mince affaire que de tenter de définir Dieu. Inspiré par le *Soutra du Diamant* des bouddhistes, on pourrait dire: «Dieu n'est pas Dieu, c'est pourquoi je l'appelle Dieu.» Comment peut-on expliquer qui est Dieu alors qu'Il se veut au-delà de toutes les étiquettes que l'on pourrait Lui apposer, au-delà même de l'existence et de l'infini? La théologie apophatique se refuse à décrire Dieu, Le considérant comme l'Indicible.

Il faut distinguer l'immense panoplie de divinités appartenant à différentes religions ou à différents courants spirituels. Dans l'hindouisme, le bouddhisme, le jaïnisme ou les traditions chinoises par exemple, on ne croit pas en un seul dieu, mais en plusieurs. On se réfère davantage à un absolu plutôt qu'à Dieu.

Les descriptions de Dieu ou d'un absolu dont descendent dieux et déesses peuvent s'avérer fort différentes, tout autant que les messages que ces derniers prônent. En Orient par exemple, le Bouddha invite au détachement jusqu'à la dépossession de soi ou à la mort de l'ego. En Occident, c'est exactement le contraire: on prône l'accomplissement de soi.

Alors, plutôt que d'essayer de définir Dieu, n'aurions- nous pas avantage à tenter de mieux comprendre Son utilité ou Sa fonction en ce monde? Il ne suffit pas de croire, car la foi sans effort de compréhension donne lieu à toutes sortes de dérives. Sans discours rationnel critique, ou sans un minimum de culture, les gens risquent de croire à n'importe quoi. «Et les hommes manquent d'imagination. Ils répètent ce qu'on leur dit», constate tristement le Petit Prince.

La soif de spirituel ou d'absolu chez l'être humain est telle qu'elle doit s'exprimer d'une manière ou d'une autre. Et le recours à la raison s'avère nécessaire à la maturité de la foi. Il s'agit d'ailleurs de la définition classique de la théologie selon saint Anselme: «La foi cherche à comprendre.»

Une foi sans raison serait très vulnérable. Par le discours rationnel, on s'inscrit dans un plan universel. Il est alors possible de parler à tous les humains, quelles que soient leurs croyances ou leur foi. Le discours rationnel libère d'éventuels enfermements et il donne la parole à l'autre, il permet l'échange, la discussion et l'argumentation. Tout cela, parce qu'au fond, consciemment ou inconsciemment, nous sommes à la recherche d'un absolu, d'une reconnexion à cet absolu, peu importe le nom que nous lui attribuons.

Comme le disait Kant, la différence entre un arbre et une montre est que toutes les parties d'un arbre concourent à la vie du tout, tandis que celles d'une montre sont agencées par un intervenant externe. Cette finalité propre à l'être vivant, intérieure à lui, nous aimerions être en mesure de la voir et de l'admirer.

L'expérience de Dieu ou du divin

Pour pressentir et concevoir Dieu, si incomplètement que ce soit, il faut dépasser les apparences, aller au-delà de l'immédiat. Au lieu d'y croire, ou en plus d'y croire, ne devrions-nous pas expérimenter Dieu ou le divin? C'est ce que l'on pourrait appeler une croyance active.

À travers la peinture, la musique et la poésie, nous pressentons le divin parce que notre nature est exilée dans l'imparfait. L'art nous démontre cette quête d'absolu ou de beauté sous une multitude de facettes, selon l'inspiration de l'artiste. Ou pour reprendre les mots

de Baudelaire, «c'est cet admirable, cet immortel instinct du Beau qui nous fait considérer la terre et ses spectacles comme un aperçu, comme une correspondance du Ciel».

Pour peindre, composer de la musique ou écrire, l'homme puise à la source infinie de la créativité. Jamais nous ne pourrions parvenir au bout de cette création artistique tant elle nous donne la possibilité de constamment nous renouveler. Nous ne sommes certes pas tous de la trempe de ces Mozart, Van Gogh ou Shakespeare, mais nous aurions intérêt à nous initier à une forme d'art, ne serait-ce que pour nous permettre de mieux ressentir le divin.

Platon croyait que les meilleures choses nous venaient sous forme de délires divins, *theia mania* en grec, comme si nous étions transporté au-delà de nous-même. Demandez à un artiste de vous révéler comment il se sent lorsqu'il est inspiré et vous aurez des descriptions semblables à une divine folie. Il vous évoquera une impression d'exaltation, un élan venu du ciel qui le fait presque tomber à la renverse. Un sentiment d'euphorie s'empare alors de lui, allant jusqu'à lui offrir une véritable épiphanie!

Mais la folie divine par excellence demeure l'amour. On parle même de «coup de foudre» lors d'une rencontre amoureuse marquante. Pensons à des moments de notre existence où nous nous sentions amoureux. Ne percevions- nous pas la vie avec plus de sensibilité? L'exaltation comme la souffrance qu'apporte une relation amoureuse nous fragilisent ou nous vulnérabilisent, mais nous rendent par le fait même plus vivant. Voilà l'appel lancé par le Petit Prince tout au long de son périple sur la terre.

Porté par cet état intérieur, nous sommes en mesure d'entrevoir l'immensité et de nous rapprocher de Dieu ou du divin. Alors, nous

n'aurons d'autre choix que de le deviner en toutes choses, aussi minimales et discrètes soient-elles. À travers le prisme de Dieu ou du divin, nous pouvons également percevoir et ressentir tout l'amour qui se trouve en nous et autour de nous, cet amour qui nous unit à tous les êtres et à toutes les choses.

Pour les chrétiens, Dieu est amour et cet amour est tel qu'Il s'est fait homme pour être plus accessible. Nous pouvons Lui parler, nous adresser à Lui comme nous le ferions à un ami. Figurons-nous un instant le Petit Prince s'adressant à Dieu. N'est-ce pas ainsi qu'il Lui parlerait, comme à un copain et comme il le fait avec Saint-Exupéry? Nous l'imaginons aisément Lui poser une multitude de questions certes, mais peut-être aurait-il aussi envie de se confier à Lui, de Lui partager ses peines comme ses émerveillements. Et si nous entretenions le même genre de relation avec Dieu ou peu importe le nom que nous Lui donnons? Pourquoi ne pas philosopher avec Lui?

Le grand plan

Si Dieu existe, comment expliquer qu'il y ait le mal en ce monde? La seule réponse qui soit à la hauteur du mystère du mal, c'est que Dieu a voulu l'homme libre et qu'Il respecte cette liberté jusqu'au bout. Du point de vue chrétien, cela va jusqu'à la crucifixion. Dieu s'est fait homme pour assumer le mal de l'homme. De là aussi vient la dignité humaine parce que nous sommes pensant, libre, apte à choisir.

La kabbale propose le *tsimtsoum* (mot hébreu signifiant «contraction») comme processus précédant la création du monde. Dieu se contracte pour permettre l'existence d'une réalité extérieure à Lui. C'est le transfert du pouvoir créateur aux créés en quelque sorte. Dieu nous cache Sa lumière afin que nous puissions faire nos

propres choix, mais Il demeure présent et immanent au sein de cette dissimulation. Nous pouvons y voir l'image des oisillons poussés hors du nid pour qu'ils prennent leur envol vers leur vie d'adulte. Ainsi, ils deviennent libres et responsables de leurs choix et de leurs actes. Il en va de même de la maturation de l'homme.

La difficulté du mal trouve également une formulation moderne dans *Les frères Karamazov* de Dostoïevski. Ivan Karamazov se dit athée à cause de la souffrance des innocents et des enfants en particulier. La réponse donnée par Dostoïevski prend la forme d'un reproche, celui de l'inquisiteur qui déclare au Christ revenu sur terre: «Tu n'es pas descendu de la croix, quand on se moquait de toi et qu'on te criait, par dérision: "Descends de la croix, et nous croirons en toi." Tu ne l'as pas fait, car de nouveau tu n'as pas voulu asservir l'homme par un miracle; tu désirais une foi qui fût libre et non point inspirée par le merveilleux.» Encore aujourd'hui, plusieurs se vautrent dans cette pensée infantile qui consiste à croire en un Dieu ressemblant davantage au père Noël ou au génie d'Aladin. Combien triste serait la vie si nous étions un enfant gâté, n'ayant grandi ni mentalement ni en conscience et ne vivant que pour combler nos menus désirs à la vitesse de l'éclair!

Enfin, s'il n'y a pas de réponse théorique au problème du mal, il subsiste une réponse pratique qui consiste à assumer le mal en aidant ceux qui souffrent. Voilà une autre façon de vivre l'expérience de Dieu.



«Il vaut mieux taire certains miracles. Il vaut même mieux n'y pas trop songer, sinon l'on ne comprend plus rien.»

Terre des hommes, Antoine de Saint-Exupéry

Il est grand le mystère de la foi

Et si Dieu était le plus grand des mystères qui, s'il ne peut être défini ou compris, peut simplement être contemplé avec humilité et vénération? Tous les mystères doivent-ils nécessairement être élucidés?

Avez-vous déjà cultivé des légumes ou des fleurs? Vous souvenez-vous des premières pousses de vos semis? N'avez-vous pas été impressionné et ému de cette merveille? Cela paraît presque tenir du miracle de voir croître ces petits brins de vie qui pourront soit nous nourrir, soit ravir notre regard et notre odorat.

Le jardinier prend soin de ce qu'il a planté et il lui offre les meilleures conditions qui soient pour que les semences poussent et lui apportent une belle récolte. N'en va-t-il pas de même pour la vie? Ce principe qui fait pousser les fleurs, tout comme celui qui mène à maturation les organismes vivants, n'est-il pas complètement grandiose et donc digne d'admiration?

Au bout du compte, il importe peu de savoir qui est Dieu de manière générale, mais davantage de définir ce qu'Il est ou peut être pour nous. Si l'homme a été créé par Dieu, libre et responsable, il ne

tient qu'à lui de faire naître Dieu à son tour au sein de son existence, de prendre soin de cette relation, de la nourrir et de la protéger.

Selon Blaise Pascal, puisqu'il y a une chance sur deux que Dieu soit, il s'avère plus raisonnable et avantageux de parier sur Son existence que sur Sa non-existence. C'est ce que l'on appelle le «pari de Pascal», l'argument philosophique qui tente de prouver qu'une personne rationnelle a tout intérêt à croire en Dieu. Pascal suggère de gager qu'Il est, sans hésiter. Car s'Il n'existe pas, nous ne perdons rien, mais s'Il existe, nous en sortons doublement gagnant puisque notre comportement s'en trouvera ennobli.

L'INVISIBLE



Qu'est-ce que l'essentiel?

Avant tout compte l'âme plus ou moins vaste avec ses climats, ses montagnes, ses déserts de silence, ses fontes des neiges, ses versants de fleurs, ses eaux dormantes, toute une caution invisible et monumentale.

Citadelle, Antoine de Saint-Exupéry

«On ne voit bien qu'avec le cœur. L'essentiel est invisible pour les yeux», nous rappelle éternellement le Petit Prince. Cette citation en exergue du premier chapitre a guidé l'écriture – et, nous l'espérons, la lecture – de cet ouvrage. Certes, il s'agit du message ultime du Petit Prince, mais également d'une merveilleuse invitation à percevoir l'essentiel au cœur même de l'existence. Et nous possédons le plus noble outil pour y parvenir: le cœur.

En effet, le cœur nous permet de voir au-delà, à travers et au-dedans. Il nous ouvre à la transcendance, c'est-à-dire à ce qui nous surpasse ou à ce qui est d'un autre ordre. C'est l'illimité ou le sans-fin, l'invisible pour la plupart d'entre nous. D'ailleurs, cet invisible ne serait-il pas ce qui est visible uniquement de l'intérieur, grâce aux yeux du cœur?

Le dépassement de soi

À la fin de sa vie, Abraham Maslow a ajouté à sa fameuse pyramide, au-dessus du besoin d'accomplissement, le besoin de dépassement de soi (*self-transcendence* en anglais). Toutefois, ce dernier niveau n'a pas été retenu par l'histoire et n'est que rarement mentionné. C'est probablement dû au fait que Maslow était alors malade et, donc, moins en mesure de défendre cet ajout à sa théorie motivationnelle des besoins humains.

Selon lui, un être humain complètement développé ou accompli tend à être motivé par des valeurs transcendant sa personne. Lorsque ses besoins de base sont comblés (besoins physiologiques, besoins de sécurité, d'appartenance, d'estime et d'accomplissement), il ressent l'envie de se dévouer à une cause ou à un idéal, de se mettre au service d'autrui. Pour les plus spirituels, cela correspond au désir d'unification ou de lien avec le divin.

Les expériences mystiques témoignent de cette transcendance en offrant un sentiment de communion et d'extase avec le monde. Habituellement de très courte durée, elles se définissent comme des moments charnières de la vie compte tenu de leur intensité et de ce sentiment d'intemporalité qui les caractérisent, comme si le temps s'était arrêté, s'était dilaté. Elles sont difficiles à décrire avec des mots, ce qui laisse croire à un état de connaissance au-delà du langage et des limites du connu. Si vous avez vécu ce genre d'expériences ou si vous en avez entendu le récit, vous avez compris que celles-ci semblent se dérouler en dehors ou au-delà du temps.



«Tu ne dois point rencontrer
l'homme dans sa surface
mais au septième étage de son âme
et de son cœur et de son esprit.»

Citadelle, Antoine de Saint-Exupéry

L'éternité

L'éternité n'est pas une durée indéfinie ni un temps sans commencement ni fin. Pour le philosophe Boèce, elle est plutôt un présent stable, un permanent ou un pur maintenant.

Selon les Anciens (présocratiques), l'éternité est le contraire du temps. Elle se compare davantage à un seul instant. Pour l'illustrer, nous pouvons imaginer un cercle dont tous les points se trouvent à égale distance du milieu. Ce centre représente l'éternité. Lorsque nous parlons de pleine présence, nous dirons par exemple que nous sommes centré ou concentré, parfois au point d'avoir l'impression que le temps s'est arrêté.

On trouve un bel exemple de cette intemporalité dans la première strophe du poème *Augures d'innocence* de William Blake: «Voir le monde en un grain de sable, / Un ciel en une fleur des champs, / Retenir l'infini dans la paume des mains / Et l'éternité dans une heure.»

Avez-vous déjà ressenti cette impression de temps suspendu? Si oui, que faisiez-vous? Peut-être étiez-vous simplement assis dehors à profiter des derniers rayons de soleil de l'après-midi, à écouter le bruit du vent dans les arbres, à admirer le vol gracieux des oiseaux

tout comme leurs chants mélodieux. D'ailleurs, ce n'est sans doute pas un hasard si la symphonie de nos amis ailés nous touche autant. La musique parle à l'âme et donne accès au monde de la création artistique, de l'éternel et de l'invisible.

Avez-vous remarqué que nous éprouvons le besoin de dire merci lorsque nous expérimentons des moments de grâce? Nous les qualifions souvent de moments d'éternité. Ces instants de pure présence se figent dans le temps pour devenir éternels. «Le véritable voyage, ce n'est pas de parcourir le désert ou de franchir de grandes distances sous-marines, c'est de parvenir en un point exceptionnel où la saveur de l'instant baigne tous les contours de la vie intérieure», écrit Antoine de Saint-Exupéry.

Mais est-ce que le temps existe seulement? Si le passé n'est plus, que le futur n'est pas encore et que le présent est toujours autre, il semble que le temps n'existe pas... Il ne se trouverait que dans une pensée où les événements restent figés. C'est ce qui a amené saint Augustin à postuler l'existence d'un «triple présent», le passé se trouvant dans la mémoire, le futur dans l'attente et le présent dans l'attention. Car peut-il y avoir un temps avant le temps ou un temps après le temps? Non. Seule l'éternité peut subsister. Ou comme l'écrit Saint-Exupéry dans *Citadelle*, «préparer l'avenir ce n'est que fonder le présent [...] Il n'est jamais que du présent à mettre en ordre».



«Dans le silence seul, la vérité de chacun se noue et prend des racines.»

Citadelle, Antoine de Saint-Exupéry

Le Petit Prince, à travers son épopée, nous rappelle justement l'importance de mettre de l'ordre dans notre vie. Tel un jardinier, il nous faut la désherber, la nourrir et la cultiver. «L'ordre est la première loi du ciel», nous dit le poète anglais Alexander Pope. Plus nous réglons nos problèmes au quotidien, plus nous vivons de manière libre, légère et joyeuse. Ainsi, nous habitons pleinement notre existence et nous devenons intuitif et sensible à nos élans intérieurs, à ce que notre âme souhaite. L'intuition, du latin *intueri* signifiant «voir de l'intérieur», nous montre le chemin vers la plénitude. Grâce à elle, nous rejoignons cet espace où la vérité prime et où l'essentiel s'accomplit par surcroît.

Nos élans intérieurs ne représentent-ils pas les possibilités de notre être? Et si tout était déjà en préparation dans l'invisible et qu'il nous suffise de tendre vers notre plein épanouissement? En psychologie positive, on dit que l'humain doit fleurir (*flourish* en anglais), telle une plante. Avant de produire des fleurs toutefois, la plante passe par différentes étapes. Au début, son évolution est invisible puis, du jour au lendemain, une petite pousse apparaît et grandit jusqu'à atteindre sa pleine maturité. La floraison est éphémère en comparaison de tout le processus de croissance.

Les fleurs connaissent les mêmes difficultés que tous les organismes vivants: elles naissent, vivent et cherchent à donner une

descendance avant de mourir ou de retourner dans le monde de l'invisible. Comme le prône Saint-Ex, c'est le temps que nous avons perdu pour notre fleur qui rend notre fleur si importante; c'est ce qui la rend éternelle.

Dans la pensée humaine fondamentale, on a découvert le concept d'éternité grâce à des lois mathématiques existant de toute éternité. Deux et deux feront toujours quatre. Il faut croire que vérité et éternité vont de pair. Par exemple, il sera vrai de toute éternité que vous lisez actuellement ce livre. Jamais cela ne changera, cet événement se figeant momentanément dans le temps pour devenir un fait, une vérité. Il en va de même pour les personnes que nous avons aimées, mais qui ont quitté le plan terrestre. «Tu auras de la peine. J'aurai l'air d'être mort et ce ne sera pas vrai...», dit le Petit Prince à son ami l'aviateur. Cette citation n'est pas sans rappeler celle de Thérèse de Lisieux: «Je ne meurs pas, j'entre dans la vie.» La petite sainte adorée aurait prononcé ces mots juste avant de rendre l'âme, expression signifiant peut-être que nous rendons alors l'âme à l'Éternel.

Les personnes décédées vivent dorénavant dans l'éternité, tandis que nous sommes dans le temps. Toutefois, il nous est toujours possible de nous relier à elles par les souvenirs de l'esprit et par le cœur et l'âme. «De même que j'atteins ce monde par le moyen du corps, c'est par l'intermédiaire de l'âme que j'atteins l'autre», disait le psychiatre Carl Gustav Jung.

L'âme

Le mot *âme* vient du latin *anima*, qui signifie «souffle, respiration». C'est le principe vital et spirituel, immanent et transcendant, qui

anime tout être vivant.

Selon Aristote, l'âme existe sous différentes formes. Il distingue d'abord l'âme nutritive, qui est celle des plantes, de leur croissance et de leur reproduction. Ensuite, il nomme l'âme sensitive, liée aux cinq sens externes, mais aussi aux quatre sens internes, à savoir l'imagination, la mémoire, le sens commun et l'estimative. Enfin, il y a l'âme intellectuelle, propre à l'humain, qui transfigure tout. L'intelligence nous ouvre à la liberté et à la connaissance de toutes choses. Aux sens et à l'intelligence se greffent la dimension désirante ainsi que les plaisirs et les douleurs correspondants.

Les Anciens disaient que l'homme peut penser Dieu, faisant ainsi référence à l'immensité ou l'infini. Selon Pascal, l'Univers nous comprend comme quelque chose d'insignifiant, mais par la pensée, nous pouvons l'interroger pour le connaître et le comprendre à notre tour. Il n'y a donc pas de limites à ce que nous pouvons connaître et à ce que nous pouvons aimer. Par exemple, le Petit Prince nous rappelle le caractère infini de l'amour grâce à sa relation avec sa rose. Il déplore le fait que les hommes cultivent des milliers de roses dans un même jardin sans trouver ce qu'ils cherchent. «Et cependant ce qu'ils cherchent pourrait être trouvé dans une seule rose ou un peu d'eau...», dit-il.



«Connaître, ce n'est point
démontrer, ni expliquer.

C'est accéder à la vision.»

Pilote de guerre, Antoine de Saint-Exupéry

N'est-ce pas formidable de penser que l'infiniment petit peut dévoiler l'infiniment grand? À l'instar de l'éternité que l'on trouve dans un seul instant, la moindre pensée ou le moindre questionnement peuvent nous faire cheminer vers l'infini. Il en va de même pour toutes ces petites actions qui conduisent à la réalisation de plus grandes œuvres. Puis, à un niveau supérieur, il y a cet échange, ce partage qui décuple le pouvoir des petites actions. Prenons l'exemple du pêcheur qui, au lieu de donner un poisson à celui qui a faim, lui enseigne comment pêcher. N'est-ce pas là un geste déjà transcendant?

C'est en réduisant la vie à sa plus petite expression ou en la simplifiant que l'on peut souvent mieux connaître et comprendre. Il s'agit du principe de simplicité ou de parcimonie, que l'on appelle le «rasoir d'Ockham» en philosophie. En enlevant le superflu et en revenant à l'essentiel, on découvre le sublime. «La simplicité est la sophistication suprême», disait Léonard de Vinci. C'est souvent ce que nous découvrons après des catastrophes ou des périodes difficiles. Nous réalisons qu'il nous suffit de peu pour être heureux. Un ralentissement forcé nous permet de prendre la mesure de ce qui compte vraiment. Nous sommes alors obligé de revenir à l'essentiel par une douce reconnexion à notre âme.

«Ne vous croyez ni grand, ni petit. Contemplez», suggère à juste titre Victor Hugo. Car c'est en contemplant que nous prenons de la hauteur, que nous sommes bouleversé par cette beauté, ce grandiose

de la vie. La contemplation permet de ressentir l'amour dans son état le plus pur, un amour désintéressé, gratuit et transcendant.

L'essentiel

Est-ce donc grâce au cœur, ou à l'amour qu'il génère, que nous pouvons non seulement percevoir l'invisible, mais définir l'essence de notre existence, notre essentiel? Imaginons un instant que nous vivions davantage selon les élans de notre cœur, que l'amour dirige chacun de nos cinq sens. Nous pourrions alors affirmer que non seulement nous ne voyons bien qu'avec le cœur, mais que nous entendons, goûtons, sentons et touchons mieux avec le cœur. Le cœur sublime toutes les expériences.

Essayez de vous rappeler la dernière fois que vous avez regardé avec le cœur. N'étiez-vous pas plus ouvert, plus disponible à l'émerveillement? L'expérience vous a sans doute rendu plus compréhensif et plus compatissant.

En nous projetant au-delà du visible et des apparences, nous pouvons percevoir la détresse d'une personne qui semble difficile au premier abord et nous pouvons l'aider ou, du moins, la comprendre. Lorsque nous écoutons avec le cœur, nous captions davantage les émotions et parvenons à entendre au-delà des mots qui sont prononcés. Quand nous goûtons avec le cœur, nous mangeons en pleine conscience et accueillons avec gratitude cette nourriture si généreusement offerte. Lorsque nous sentons avec le cœur, nous nous laissons emporter par les effluves qui nous ravissent de bonheur en nous rappelant parfois de délicieux souvenirs. Enfin, quand nous touchons avec le cœur, nous communions avec l'autre et

nos gestes deviennent empreints de plus de douceur et de compassion.

Est-ce le cœur qui réveille l'âme à l'intérieur de l'être et de tout autre organisme vivant? Ce qui a été semé avec amour aura davantage de chances de germer avec amour. Ses fruits n'en seront que plus abondants et délectables. Pour parvenir à ce degré de vie, ce pleinement vivant, nous avons sans doute besoin d'apprivoiser et de se laisser apprivoiser. Apprivoiser les doutes, les peurs, la souffrance ou la tristesse permet de ressentir la joie, l'amour, la confiance et la liberté, des privilèges qui demeurent du domaine de l'infini et, donc, de l'invisible.

Quelle est notre tâche en cette vie? Quel est notre essentiel ou «l'essence du ciel» ici sur terre? Qu'est-ce que notre âme veut? Il apparaît primordial de trouver des réponses à ces questions. «Car ce pour quoi tu acceptes de mourir, c'est cela seul dont tu peux vivre», écrit Saint-Exupéry. En effet, n'accepterions-nous pas plus aisément de mourir si nous savions que nous sommes devenu ce que nous sommes, si nous avons réalisé notre nature profonde? Platon parle d'un modèle parfait ou d'un plan divin pour chacun. Plus nous nous libérons de ce qui nous entrave, nous étourdit ou nous alourdit, plus nous sommes en mesure de percevoir ces forces invisibles qui nous guident et nous encouragent à réaliser ce plan.



«L'essentiel, nous ne savons
pas le prévoir.»

Pour mieux vivre notre essentiel, le philosophe français Henri Bergson suggère quant à lui de nous inspirer des archétypes du saint, du héros et de l'artiste. Le saint, humble et pétri de bonté, vit dans l'amour de l'autre en s'oubliant lui-même. De la même façon, le héros contribue au bien en combattant l'injustice et le mal. Quant à l'artiste, il recrée sans cesse son existence pour la modeler à la mesure de ce qu'il est, de ce qu'il porte et de ce qu'il souhaite offrir au monde. Les artistes sont les «témoins de l'invisible», disait le père Marie-Alain Couturier, l'un des principaux acteurs du renouveau de l'art sacré en France après la Seconde Guerre mondiale. De tous les temps, l'art s'avère le chemin le plus lumineux vers le retour à la plénitude de l'être.

Nous portons ces trois figures à l'intérieur de nous et elles peuvent devenir nos compagnes de route vers l'éternel et l'essentiel. Nous pourrions y ajouter l'archétype de l'enfant, qui nous rappelle l'utilité et l'importance du jeu, de la légèreté, de la simplicité et de l'émerveillement. Ce sont des portes qui s'ouvrent sur le monde invisible, celui que les enfants parviennent à voir, quitte à l'imaginer et l'inventer pour qu'il devienne réalité.

L'enfant qui joue, imagine et crée cultive une foi active le mettant en marche vers son plan divin. Entretenir la foi permet de croire à l'invisible. Comme le dit la Bible, «or la foi, c'est l'assurance des choses qu'on espère, la démonstration de celles qu'on ne voit pas». Pensons-nous pouvoir nous épanouir et réaliser notre nature profonde? Croyons-nous au bonheur, à l'amour et à tous ces merveilleux cadeaux que la vie a à nous offrir? Dans l'invisible, le non-créé, tout est encore possible, non? Tâchons de nous défaire de

nos peurs, nos blocages ou nos fausses croyances pour adopter une posture d'accueil et de non-résistance. Ainsi, nous aurons toutes les chances de voir la grâce se manifester au sein de notre existence.

Le trésor retrouvé

Au début du *Petit Prince*, Saint-Exupéry nous intime à voir l'éléphant dans le boa plutôt qu'un vulgaire chapeau. À la fin de l'histoire, c'est le Petit Prince qui, à son tour, souhaite que son ami l'aviateur voie en lui la vie plutôt que la mort. Il lui rappelle que «ce n'est pas triste les vieilles écorces...».

Avec son Petit Prince, Antoine de Saint-Exupéry nous lance une invitation à la métamorphose de l'être par son retournement intérieur ainsi qu'à un réenchantement de notre monde. Si nous trouvons l'amour et la paix en nous, nous les cultiverons, les protégerons à l'intérieur comme à l'extérieur de nous. «Il faut découvrir en nous ce qui ne vieillit jamais», suggère l'autrice Marie de Hennezel. Qu'est-ce qui ne vieillit jamais en nous? Nos aptitudes à aimer, à rêver, à créer, à contempler, à nous émerveiller, pour ne nommer que celles-là.

Une légende hindouiste raconte que jadis tous les hommes étaient des dieux. Ceux-ci ayant abusé de leur pouvoir, le grand dieu Brahma s'est vu contraint de le leur enlever et de le cacher là où il leur serait impossible de le dénicher. Pour choisir cet endroit, Brahma a convoqué son conseil des dieux mineurs. Ces derniers ont suggéré d'enterrer le trésor, mais Brahma s'est opposé à l'idée, disant que les hommes finiraient par creuser et le trouver. Alors, les dieux mineurs ont proposé de l'enfouir au fond de l'océan. Encore une fois, Brahma a jugé que l'emplacement ne convenait pas, car, tôt ou tard, les

hommes exploreraient la profondeur des mers. Les dieux mineurs ont dû s'avouer vaincus, statuant que, peu importe l'endroit où le trésor se trouverait, l'homme finirait par le découvrir. Alors, Brahma a eu une idée, qu'il a partagée avec les membres de son conseil: «Nous cacherons la divinité de l'homme au plus profond de lui-même, dans son cœur, car c'est l'unique endroit où il ne pensera jamais chercher.» Depuis ce temps, les hommes creusent, naviguent et explorent, à la recherche du plus grand trésor qui soit, ignorant que celui-ci se cache en eux. «Car là où est ton trésor, là aussi sera ton cœur», nous révèle l'apôtre Matthieu (6, 21).

Ce pouvoir caché devient pour l'homme une clé qui lui ouvre toutes les portes de sorte qu'il puisse percevoir la beauté, trouver le sens de sa vie, être heureux, cultiver des relations harmonieuses, être solidaire, vivre en conscience, retrouver l'enfant en lui, croire en la providence, connaître Dieu ou le divin et même lever le voile sur l'invisible.

Comme le dit ce proverbe africain, «la personne est une multiplicité intérieure, inachevée, appelée à s'ordonner, s'unifier. Dieu ne fait qu'ébaucher l'homme, c'est sur la terre que chacun se crée». C'est seulement à partir de cette connexion à notre cœur que nous pouvons parachever notre œuvre et découvrir la trame parfaite de notre vie. En devenant pleinement qui nous sommes, nous saisissons mieux la raison de notre présence sur terre et nous contribuons à l'avènement d'un monde où règnent la lumière, la paix et l'amour. Ainsi, notre vie devient un émerveillement quotidien.

Lettre de gratitude au Petit Prince devenu roi

Cher Thomas,

C'est la tête pleine de nouvelles connaissances et le cœur rempli d'une profonde gratitude que je termine l'écriture de cet ouvrage. Je me souviendrai toujours de notre premier rendez-vous et de ce pressentiment que quelque chose d'autre se préparait. Lorsque vous m'avez raconté votre rencontre avec Antoine de Saint-Exupéry, j'ai su qu'il nous fallait propager cet instant d'éternité.

D'un lundi à l'autre, vous m'avez transmis votre savoir et votre sagesse, toujours avec cette douceur et cette gentillesse qui vous caractérisent. Votre regard vif, votre ineffable sourire et votre délicate espièglerie témoignent du petit Thomas qui a survécu. Ce dernier a tendu la main à la petite Christine pour qu'elle s'en inspire et demeure bien vivante à son tour.

Je me souviendrai toute ma vie de ce jour où vous avez réalisé que non seulement j'avais l'âge d'être votre enfant, mais que j'étais née l'année où vous avez décidé que votre famille était assez nombreuse, même si vous auriez aimé avoir une fille en plus de vos trois garçons adorés. Vous avez alors suggéré de m'adopter spirituellement, ce à quoi j'ai répondu par un grand oui joyeux, en retenant mes larmes...

À chaque rencontre, j'avais l'impression que la magie opérait, comme si un rayonnement particulier émanait de vous et de votre chère Christine (quel hasard que nous ayons le même prénom!). D'ailleurs, ces moments passés ensemble ont été le théâtre d'une multitude de synchronicités qui me font croire que la providence était à l'œuvre. Que dire de votre aveu concernant la signification de votre nom de famille? «De Koninck, ça signifie "le roi"», m'avez-vous lancé un jour non sans fierté. Rien de plus normal, ai-je pensé, le Petit Prince ne pouvait que devenir souverain!

J'aurais passé des heures en votre compagnie, à vous écouter non seulement me parler de philosophie, mais me raconter votre vie et celle de votre Rose. Je n'ai jamais osé vous avouer que je me garaïs dans une rue voisine de la vôtre une dizaine de minutes avant notre rendez-vous, juste pour savourer à l'avance le bonheur de notre rencontre à venir. Plusieurs fois j'étais émue, comme si j'allais retrouver de précieux amis.

Cher Thomas, vous m'avez offert une délicieuse année de leçons philosophiques. Plus encore, vous m'avez appris à réfléchir, à me questionner et à chercher la vérité. En prime, vous m'avez permis d'approfondir et d'amplifier ma foi.

Vous êtes pour moi un cadeau du ciel et j'espère que nos lecteurs ressentiront ce supplément d'âme qui vous porte et qui nourrit votre passion de léguer votre savoir. Christiane Singer disait: «Ce n'est pas un contenu que j'ai à transmettre, je m'en garderais, chaque âme est dans une telle richesse. Mais il faut que cette richesse soit réveillée. La transmission, c'est cette attention portée à un autre qui fait qu'en lui surgit le meilleur de lui-même.» Vous avez allumé en moi une étincelle que j'entretiendrai pour l'éternité.

Pour reprendre les mots d'Hölderlin, je souhaite que vous continuiez longtemps d'«habiter poétiquement cette terre» et de nous inspirer à en faire autant.

Que Dieu vous protège et vous comble de grâces.

Avec toute mon admiration et ma gratitude,

Christine

P.-S. – Les mots me manquent pour exprimer toute ma reconnaissance envers Christine Michaud, tant pour le projet de ce livre que pour l'énergie et le talent exceptionnels qu'elle a si généreusement consacrés à sa mise en œuvre. Je ne mérite pas les éloges qu'elle m'adresse; en revanche, j'ai été constamment ébloui par la rapidité et la justesse de sa compréhension de notions parfois difficiles et par son extraordinaire habileté à les rendre accessibles. Elle est habitée à la fois par la faculté d'émerveillement qui définit l'aptitude à philosopher et par cet enthousiasme devant le beau qui seul rend possible la créativité.

De tout cœur, merci!

Thomas

La rose et le renard

La filiation de l'amour

Mon souvenir d'Antoine de Saint-Exupéry est celui d'un enfant de huit ans. Il était l'aviateur qui aimait les questions, qui nous écoutait attentivement, nous, les enfants (j'étais l'aîné de cinq à l'époque), qui fabriquait des avions en papier et qui nous montrait comment les faire voler. Il avait posé à un éminent scientifique une énigme mathématique que ce dernier s'était révélé incapable de résoudre. Quel triomphe à nos yeux! Cela démontrait que notre grand ami surpassait même des savants.

Voilà ce qu'il est encore aujourd'hui: un grand ami fidèle, mais aussi un grand ami de l'humanité. C'est d'ailleurs ce qu'illustrent si bien les propos de Christine Michaud dans ce livre. C'est aussi ce qui ressort des œuvres de Saint-Exupéry: *Pilote de guerre*, *Citadelle*, *Lettre à un otage* et bien sûr *Le Petit Prince*, traduit en trois cent soixante et une langues et dialectes, selon des chiffres récents. «Car le disparu si l'on vénère sa mémoire est plus présent et plus puissant que le vivant», lit-on dans les premières pages de *Citadelle*.

Saint-Exupéry remarque dans *Terre des hommes* que ce qui se transmet de génération en génération, «avec le lent progrès d'une croissance d'arbre», c'est la vie mais aussi la conscience.

«Quelle mystérieuse ascension! D'une lave en fusion, d'une pâte d'étoile, d'une cellule vivante germée par miracle nous sommes issus, et, peu à peu, nous nous sommes élevés jusqu'à écrire des cantates et à peser des voies lactées. La mère n'avait point seulement transmis la vie: elle avait [...] enseigné un langage, elle

[...] avait confié [...] ce petit lot de traditions, de concepts et de mythes qui constitue toute la différence qui sépare Newton ou Shakespeare de la brute des cavernes.»

Dans *Citadelle*, la même préoccupation s'affirme à maintes reprises. Les mots, si grands qu'ils soient, ne suffisent pas.

«Ainsi du domaine qui appelle l'amour [...] et dont le trésor intérieur ne se transmet point par la parole mais par la filiation de l'amour. Et d'amour en amour ils se lèguent cet héritage. Mais si vous rompez le contact une seule fois de génération en génération, alors meurt cet amour.»

L'image qui s'impose est vraiment celle de l'arbre, «car l'arbre [...], il ne faut point le diviser pour le connaître».

«[On a] oublié que l'humanité dans sa démarche est celle d'un arbre qui croît et se continue de l'un à travers l'autre, comme la puissance de l'arbre dure à travers ses nœuds et ses torsades et la division de ses branches. [...] Mais si tu sépares les générations c'est comme si tu voulais recommencer l'homme lui-même dans le milieu de sa vie et, ayant effacé de lui tout ce qu'il savait, sentait, comprenait, désirait et craignait, remplacer cette somme de connaissances devenues chair par les maigres formules tirées d'un livre, ayant supprimé toute la sève qui montait à travers le tronc et ne transmettant plus rien aux hommes que ce qui est susceptible de se codifier.»

Dans une autre page de *Citadelle*, l'image de l'arbre est associée au temps et à l'enfant. «Et qui voit croître l'enfant dans l'instant? Personne. Ce sont ceux qui viennent d'ailleurs qui disent: "Comme il

a grandi!” Mais la mère ni le père ne l’ont vu grandir. Il est devenu, dans le temps. Et il était à chaque instant, ce qu’il devait être.»

Pour comprendre un arbre, il faut du temps: peu à peu, il se révèle. «Comme l’homme doit baigner dans l’air, comme la carpe doit baigner dans l’eau, l’arbre doit baigner dans la clarté. Car planté dans la terre par ses racines, planté dans les astres par ses branchages, il est le chemin de l’échange entre les étoiles et nous.» À vrai dire, ajoute Saint-Exupéry, «l’enfant n’est que celui qui te prend par la main pour t’enseigner».

Combien juste est cette métaphore de l’arbre, si chère à Saint-Exupéry, pour signifier le concret par excellence! Le mot «concret» vient du verbe latin *concrescere*, qui veut dire «croître ensemble». On parvient à l’abstrait en isolant un aspect du concret. L’arbre ne peut exister sans air, sans terre, sans soleil, sans sève. Son devenir n’a de cesse qu’à sa mort; il s’autoconstitue, pour ainsi dire, ses parties en produisant d’autres et réciproquement.

Kant l’a admirablement fait ressortir en opposant l’arbre à la montre: «*Un produit organisé de la nature, écrit-il, est un produit dans lequel tout est fin et réciproquement aussi moyen.*» Un arbre, par exemple, ne produit pas seulement un autre arbre, mais il «se produit aussi lui-même comme *individu*». Dans un «produit de la nature, chaque partie, de même qu’elle n’existe que *par* toutes les autres, est également pensée comme existant *pour* les autres et *pour* le tout». C’est pourquoi «on la conçoit comme *produisant* les autres parties (chacune produisant donc les autres et réciproquement), ne ressemblant à aucun instrument de l’art». En revanche, dans le cas d’un artefact comme une montre, «une partie est certes là pour l’autre, mais elle n’est pas là par cette autre partie».

Le tout concret est irréductible à ses parties. Ainsi, la branche coupée de l'arbre n'est pas plus une branche qu'une main séparée d'un corps humain vivant n'est une main. Le tout est dans la partie: chaque fois, celle-ci présuppose la totalité. De sorte que, si l'on tente de considérer la partie en omettant le tout, on considère aussitôt tout autre chose. Toute abstraction, toute réduction, confine à l'irréel dès qu'on la prend pour du concret, lequel est au contraire le tout vivant en sa croissance même. Comme Saint-Exupéry l'énonce dans *Citadelle*: «Le cèdre se fonde dans chaque instant. Dans chaque instant je fondais ma demeure afin qu'elle durât.»

La solidarité humaine

Dans *Lettre à un otage*, Saint-Exupéry raconte qu'il a été fait prisonnier par des miliciens anarchistes lors d'un reportage sur la guerre civile en Espagne. L'ennui, l'angoisse et le dégoût profond qu'il éprouvait devant l'absurdité de la situation se sont effacés à la suite d'un «miracle très discret», lorsqu'il a demandé une cigarette à l'un de ses geôliers, en ébauchant un vague sourire.

«L'homme s'étira d'abord, passa lentement la main sur son front, leva les yeux dans la direction, non plus de ma cravate, mais de mon visage et, à ma grande stupéfaction, ébaucha, lui aussi, un sourire. Ce fut comme le lever du jour. Ce miracle ne dénoua pas le drame, il l'effaça, tout simplement, comme la lumière, l'ombre. Aucun drame n'avait plus eu lieu. Ce miracle ne modifia rien qui fût visible. [...] Mais toute chose fut transformée dans sa substance même. Ce sourire me délivrait. C'était un signe aussi définitif, aussi évident dans ses conséquences prochaines, aussi irréversible que l'apparition du

soleil. Il ouvrait une ère neuve. Rien n'avait changé, tout était changé. [...] Les hommes non plus n'avaient pas bougé, mais, alors qu'ils m'apparaissaient une seconde plus tôt comme plus éloignés de moi qu'une espèce antédiluvienne, voici qu'ils naissaient à une vie proche. J'éprouvais une extraordinaire sensation de présence. C'est bien ça: de présence! Et je sentais ma parenté.»

Plus loin, Saint-Exupéry ajoute:

«J'entrai dans leur sourire à tous comme dans un pays neuf et libre. J'entrai dans leur sourire comme, autrefois, dans le sourire de nos sauveteurs du Sahara. [...] Du sourire des sauveteurs, si j'étais naufragé, du sourire des naufragés, si j'étais sauveteur, je me souviens aussi comme d'une patrie où je me sentais tellement heureux. Le plaisir véritable est plaisir de convive. Le sauvetage n'était que l'occasion de ce plaisir. L'eau n'a point le pouvoir d'enchanter, si elle n'est d'abord cadeau de la bonne volonté des hommes. Les soins accordés au malade, l'accueil offert au proscrit, le pardon même ne valent que grâce au sourire qui éclaire la fête. Nous nous rejoignons dans le sourire au-dessus des langages, des castes, des partis.»

Cette qualité de la joie implique la reconnaissance d'une autre forme de beauté que la beauté artistique et révèle une dimension profonde de notre être, de l'ordre de l'éthique: par-delà les langages, les castes et les partis, par-delà toutes les différences, une solidarité humaine fondamentale se découvre. Qu'est-ce à dire?

«Dans ma civilisation, lit-on dans *Pilote de guerre*, celui qui diffère de moi, loin de me léser, m'enrichit. [...] S'il n'est point de nœud qui les unisse, les hommes sont juxtaposés et non liés.» Pour Saint-

Exupéry, la communauté humaine n'est pas la somme de nos intérêts, mais bien plutôt la somme de nos dons. Autrement dit, la «civilisation a seule pouvoir de nouer dans son unité, sans les amputer, les diversités particulières».

«Vous tiendrez donc compte d'abord de l'amour», peut-on lire dans *Citadelle* à propos de l'éducation. Saint-Exupéry tient là des propos qui n'ont jamais paru aussi pertinents qu'en ce début de millénaire. Il suffit de prendre acte de la condition actuelle des nations et de leurs relations entre elles pour s'en convaincre. Jamais l'amitié ne s'est avérée aussi nécessaire et manquante à la fois. Or, l'œuvre du politique doit consister à engendrer l'amitié, qui est le plus grand des biens pour les nations puisqu'elle tend à éviter la discorde. Quand les humains sont amis, il n'y a plus besoin de justice, observait Aristote. Tandis que, s'ils se contentent d'être justes, ils ont besoin d'amitié en sus. La plus haute expression de la justice est de l'ordre de l'amitié. Certes, la barbarie s'en moque, mais c'est aussi ce qui la définit et qui a généré Auschwitz, les goulags soviétiques et chinois ainsi que tout ce qui s'en approche, sans parler des guerres et des famines atroces sévissant sur notre planète, comme autant de nouvelles pandémies en apparence invincibles.

Voilà qui donne une résonance accrue aux réflexions suivantes, écrites pourtant en 1942, dans *Pilote de guerre*:

«L'intelligence ne vaut qu'au service de l'amour [...]. Nous nous sommes trompés trop longtemps sur le rôle de l'intelligence. Nous avons négligé la substance de l'homme. Nous avons cru que la virtuosité des âmes basses pouvait aider au triomphe des causes nobles, que l'égoïsme habile pouvait exalter l'esprit de

sacrifice, que la sécheresse de cœur pouvait, par le vent des discours, fonder la fraternité ou l'amour.»

Bref, nous avons oublié la primauté du bien commun... Ces propos semblent anticiper ceux du grand écrivain libanais Amin Maalouf quand il souhaite «que personne ne se sente exclu de la civilisation commune qui est en train de naître, que chacun puisse y retrouver sa langue identitaire, et certains symboles de sa culture propre». Et quand il rappelle que «chacun devrait pouvoir inclure, dans ce qu'il estime être son identité, une composante nouvelle, appelée à prendre de plus en plus d'importance au cours du nouveau siècle, du nouveau millénaire: le sentiment d'appartenir aussi à l'aventure humaine».

La culture avant tout

Ce serait une illusion de croire que notre identité personnelle ne se forge qu'en une sorte de monologue solitaire, alors que l'interaction avec les autres est cruciale, par le biais de dialogues et souvent de luttes. Les conversations avec certains amis (ou ennemis) et avec nos parents se poursuivent en nous jusqu'à la fin de notre vie. Découvrir à quel point la constitution de notre moi intime aura été influencée par de tels échanges avec autrui aide à mieux saisir la portée de notre enracinement dans une culture.

L'une des questions majeures posées par l'ethnologie concerne ce que l'on a appelé justement «l'altérité essentielle ou intime», dont les représentations «situent la nécessité au cœur même de l'individualité, interdisant du même coup de dissocier la question de l'identité collective de celle de l'identité individuelle», comme l'observe l'anthropologue et ethnologue Marc Augé.

Nous existons dans la réciprocité, en particulier dans le langage – forme par excellence de la culture. Mes échanges avec l'autre supposent à la fois altérité et parité, égalité et liberté dans la parole, qui sont les traits caractéristiques de la justice. La réflexion contemporaine sur l'autre et sur son visage met en relief la dimension d'emblée éthique des rapports proprement humains. À l'instar de la beauté, la vulnérabilité de l'humain ou «pauvreté essentielle», comme la nomme Levinas, nous crée une obligation morale. L'autre qui est là résiste de toute son altérité à sa réduction au même. Il n'est pas une illustration de la catégorie d'autrui, il est quelqu'un qu'on ne peut inventer, qui est proprement inimaginable.

La fête, la jubilation, la supplication, l'indicible, l'amour trouvent en la musique une expression qu'ils ne sauraient trouver ailleurs. *Cantare amantis est*, a dit saint Augustin: chanter est le propre de ceux qui aiment. Notre vie concrète en ce monde, c'est-à-dire la vie humaine, l'histoire individuelle et l'histoire de l'humanité, est par nature un perpétuel devenir. Elle est croissance et dépérissement à la fois, constamment menacée tant sur le plan spirituel que sur le plan physique. Cela explique les images, si fréquentes en littérature, du voyage, du naufrage, du cheminement (Ulysse, Don Quichotte et tant d'autres) vers un but souvent obscur au départ, mais qui peut donner sens à la démarche, à la voie choisie, à la «méthode» (du grec *hodos* qui signifie «chemin, voie»). La musique reflète également à merveille cette tension et cette quête. Pour reprendre les termes de Saint-Exupéry dans *Citadelle*, elle est «construction concrète».

«Le don essentiel était le don de la route à suivre pour accéder à la fête [...]. Pour juger ta civilisation, je veux que tu me dises quelles sont tes fêtes – et de quel goût pour le cœur [...]. Ainsi de

la danse même ou du chant ou de l'exercice de la prière qui crée la ferveur, laquelle alimente ensuite la prière, ou de l'amour. Car si je change d'état, si je ne suis plus mouvement et action vers, alors me voilà mort. Et je sais bien qu'il n'est de remède que dans le cantique et non dans les explications.»

Ces images et d'autres semblables s'appliquent en outre aux vies que nous menons parallèlement en notre for intérieur – intelligence, imagination, mémoire, affectivité. Elles se déploient d'une manière largement inconsciente, où le discernement se fait souvent insensiblement, mais dont la croissance, l'autodéveloppement, trouve une expression unique dans les arts. Tous les arts sont médiateurs de sens, chacun de manière irremplaçable.

Autrement dit, ce principe dialogique grâce auquel l'identité de chacune et chacun s'élabore et se transforme tout au long de l'existence passe par le langage des arts, des gestes, de l'amour, par le partage des joies et des peines. C'est bien ce que veut dire, au moins en partie, l'emploi poétique de l'expression «les hommes habitent». En ce sens, nous nous construisons dans la relation, dans la communication, dans le logos et la culture. La nostalgie de ne pouvoir communiquer à fond et authentiquement semble démontrer que nous sommes fait pour échanger et aimer, ce qui implique de notre part la reconnaissance de l'autre, du différent, de l'irréductible. Mais cela demande aussi qu'on ait quelque chose à dire à quelqu'un, quelque chose qui naisse de l'intérieur. Ce qui suppose à son tour que l'on connaisse sa propre identité, que l'on se comprenne un peu et que l'on s'accueille soi-même. Beaucoup de formes de parole ne sont pas une vraie communication parce qu'elles émanent d'un vide – comme cette multitude d'informations immédiates et médiocres que

l'on jette aussitôt, certes, mais qui noient et étouffent la mémoire. La communication implique la personne qui prend le risque de faire confiance à autrui, à ce qui lui échappe. Il n'existe pas une façon de communiquer purement abstraite. L'enfer de la non-communication, ou de la solitude, laisse entrevoir que la communication humaine a une valeur, une signification, un poids, bien au-delà de tout ce que l'on imagine. Elle est à la fois formidable et fragile, beaucoup plus délicate, riche, constructive (ou destructrice) qu'il n'y paraît en surface. La véritable communication n'est possible qu'au sein de communautés humaines concrètes, comme la famille et la nation.

L'expérience élémentaire du développement humain montre comment et à quelles conditions la nation, par l'entremise de la culture, est la grande éducatrice des humains. On est loin, en pareille perspective, des nationalismes abstraits. La nation existe par et pour la culture. C'est pourquoi la conservation de son identité et de sa souveraineté passe par sa culture, dont la puissance est plus grande que toute autre force, comme en font foi les cultures de tant de peuples anciens qui n'ont pas cédé devant les envahisseurs. On le voit mieux dans les petites nations que dans les grands États-nations, abstraits et anonymes, où l'on recourt facilement à la ruse d'Ulysse dans l'*Odyssée* d'Homère – «Mon nom est personne.»

Comme le fait observer Habermas, «les idées qui ont trait à la “vie bonne” ne sont nullement des représentations que l'on évoque comme un devoir abstrait; elles imprègnent l'identité des groupes et des individus au point qu'elles font partie intégrante de la culture ou de la personnalité de chacun». Ce ne sont pas les régimes politiques ni les modes de production qui, les premiers, déterminent l'évolution des sociétés, mais bien la culture. Pour s'en persuader, il suffit de

constater à quel point aujourd'hui les nouveaux pouvoirs de la communication restructurent tant l'action politique que la vie sociale, tant l'économie que la science.

Le dénominateur commun de tous les peuples du monde est leur culture, expression fondamentale et unificatrice de leur existence. Dire «culture», c'est exprimer l'identité nationale qui constitue l'âme des peuples et qui survit aux épreuves de tout genre. En fonction de sa culture, chaque peuple se distingue de l'autre, qu'il peut enrichir par son propre apport. Maints pays pauvres en biens matériels, mais riches en culture, peuvent puissamment aider les autres à cet égard. Expression par excellence de l'esprit des peuples, la culture ne saurait être séparée de tous les autres problèmes de l'existence humaine, que ce soit la guerre, l'oppression, la faim ou le chômage, puisque c'est elle qui permet de les comprendre, de les situer, de les résoudre ou de les prévenir. C'est encore elle, au sens large, qui garantit la croissance des peuples et préserve leur intégrité. «Et je devinais déjà qu'un spectacle n'a point de sens, sinon à travers une culture, une civilisation, un métier», peut-on lire dans *Terre des hommes*.

Les émotions et l'affectivité sont en réalité ce qui donne une couleur et un sens à la vie, la joie étant toujours un effet de l'amour. Sans la joie de l'amour, ce qui sévit est d'un ennui proprement mortel – cet «ennui qui est d'abord d'être privé de Dieu», affirme Saint-Exupéry dans *Citadelle*, où l'on trouve d'ailleurs de nombreux développements éblouissants sur le thème de Dieu et de l'éternité. C'est par le désir que nous éprouvons la réalité, par notre faim et notre soif du bien et du beau, jamais par notre seul intellect abstrait, aussi merveilleux puisse-t-il être. «Car il se trouve que l'amour,

essentiellement, est soif d'amour, la culture, soif de culture», écrit-il dans *Citadelle*.

Voilà donc le défi premier que ce siècle et ce nouveau millénaire nous lancent: nous occuper de la rose avant tout et suivre les conseils du renard.

Thomas De Koninck

Pour mieux connaître Thomas De Koninck

À la fin du XIX^e siècle, alors qu'il est encore adolescent, Marcel Proust découvre *Confessions*, un questionnaire anglais datant des années 1860. Avec esprit, il s'amuse à remplir le formulaire en y ajoutant quelques entrées.

Compte tenu de tout le bagage de connaissances, de sagesse et d'expérience que possède Thomas De Koninck, il m'apparaissait judicieux de reprendre l'exercice et d'interroger ce dernier sur ce qu'il aime, ce qui l'a marqué, ému ou émerveillé et ce qui élève son âme encore aujourd'hui. Une façon peut-être de mieux connaître celui qui, à l'âge de huit ans, a su capter l'attention d'Antoine de Saint-Exupéry par ses innombrables questions...

Christine Michaud

Un mot vraiment aimé

Joie.

Ce que je trouve beau

Les visages humains.

Un livre

Tout Shakespeare.

Une œuvre d'art qui me fascine

L'homme au casque d'or (Rembrandt).

Mon film fétiche

Les vacances de M. Hulot.

Un poème sublime

Le sonnet 116 du même Shakespeare.

Ce qui me fait rire

L'humour britannique.

Une pièce de musique hors du commun

Le *Messie* de Haendel.

Un oiseau

Le flamant rose.

Une fleur

La rose.

Une leçon de vie

L'histoire de Charles de Foucauld.

Mon dessert préféré

Le yaourt.

La citation qui m'inspire

«Manquer la joie, c'est tout manquer.» (Robert Louis Stevenson)

Mon paysage

Le fleuve Saint-Laurent.

Un pays où je souhaiterais retourner

La France.

Un précieux souvenir d'enfance

Baie-des-Rochers, dans Charlevoix.

L'odeur qui me transporte

Le parfum des roses.

Un philosophe

Socrate.

Ce qui m'émeut

La musique de Bach, Haendel et Mozart.

Un mystique

Saint Jean de la Croix.

Une source de gratitude

Le sourire.

Le sentiment ultime

La beauté.

Une croyance qui me fait du bien

Dieu.

Ce qui m'émerveille

Le cosmos et le phénomène humain.

Ce qui m'apaise

Le chant grégorien.

Mon souhait pour l'humanité

L'amitié au sein des nations et entre elles.

Ce que je retiens du Petit Prince de Saint-Exupéry

«On ne voit bien qu'avec le cœur.»

Bibliographie sélective

- Aristote, *Éthique à Nicomaque*, Paris, Flammarion, coll. «GF», 2004.
- Camus, Albert, *Le mythe de Sisyphe*, Paris, Gallimard, coll. «Folio essais», 1985.
- Caussade, Jean-Pierre de, *L'abandon à la divine Providence*, Paris, Le Laurier, coll. «Livrets du Laurier», 2018.
- Coblence, Jean-Michel et Véronique Ageorges, *Les civilisations de l'Asie*, Paris, Casterman, 1986.
- Comte-Sponville, André, *Petit traité des grandes vertus*, Paris, Seuil, coll. «Points», 2014.
- Csikszentmihalyi, Mihaly, *Flow: The Psychology of Optimal Experience*, New York, Harper Perennial, 2008.
- De Koninck, Thomas, *Questions ultimes*, Ottawa, Les Presses de l'Université d'Ottawa, 2012.
- De Koninck, Thomas, *Philosophie de l'éducation: essai sur le devenir humain*, Paris, Presses universitaires de France, coll. «Thémis», 2004.
- Dostoïevski, Fedor, *Les frères Karamazov*, Paris, Le Livre de Poche, 1994.
- Dostoïevski, Fedor, *L'idiot*, Paris, Gallimard, coll. «Folio classique», 1994.
- Emmons, Robert, *Merci! Quand la gratitude change nos vies*, Paris, Belfond, 2008.
- Épictète, *Manuel*, Paris, Flammarion, coll. «GF», 2015.
- Fredrickson, Barbara L., *Love 2.0: ces micro-moments d'amour qui vont transformer votre vie*, Paris, Marabout, 2014.
- Garagnon, François, *L'homme qui cherchait la beauté derrière l'apparence des choses*, Epagny Metz-Tessy, Monte-Cristo, 2002.
- Homère, *Odyssée*, Paris, Flammarion, coll. «GF», 2017.
- Kant, Emmanuel, *Critique de la raison pratique*, Paris, Flammarion, 2003.
- Lenoir, Frédéric, entretiens avec Marie Drucker, *Dieu*, Paris, Robert Laffont, 2011.

Lyubomirsky, Sonja, *Comment être heureux et le rester: augmentez votre bonheur de 40%*, Paris, Marabout, 2013.

Pascal, Blaise, *Pensées*, Paris, Flammarion, coll. «GF», 2015.

Platon, *Le Banquet*, Paris, Flammarion, coll. «GF», 2016.

Saint Augustin, *Les confessions – Dialogues philosophiques*, Paris, Gallimard, coll. «Bibliothèque de la Pléiade», 1998.

Saint-Exupéry, Antoine de, *Du vent, du sable et des étoiles: œuvres*, Paris, Gallimard, coll. «Quarto», 2018.

Seligman, Martin, *S'épanouir: pour un nouvel art du bonheur et du bien-être*, Paris, Belfond, 2013.

Zeller, Renée, *La vie secrète d'Antoine de Saint-Exupéry ou La parabole du Petit Prince*, préface de Guillaume Jean Max Chassin, Paris, Alsatia, 1948.

La sagesse et l'humanisme du *Petit Prince* ont conquis des millions d'hommes et de femmes. Ce sont les réflexions sans âge de ce conte spirituel que reprennent Christine Michaud et Thomas De Koninck. Leur livre s'adresse au cœur et à la raison de chaque lecteur, comme un phare pour le guider vers une vie plus consciente et féconde, le meilleur de lui-même. Il explore notamment les grandes thématiques que sont la quête de sens, le bonheur, les liens affectifs, la solidarité et l'invisible.

Alliant habilement approche philosophique et psychologie positive, l'ouvrage invite à réfléchir en toute simplicité, par le biais de questions profondes et de citations inspirantes, et à oser s'aventurer en soi pour y raviver les étincelles de joie, d'amour et de beauté. Christine et son ami Thomas veulent éveiller en nous l'enfant qui saura voir la vie avec les yeux du cœur.



Christine Michaud a étudié en psychologie positive avec Tal Ben-Shahar, le grand professeur du bonheur de Harvard. Fascinée par l'être humain et le mieux-être, elle accompagne chaque année des milliers de personnes lors de conférences et de formations.

Thomas De Koninck connaît une carrière prodigieuse. Professeur émérite à la Faculté de philosophie de l'Université Laval, il a été nommé membre de l'Ordre du Canada en 2004 et a remporté le prix de l'Association canadienne de philosophie pour son livre *Questions ultimes* (PUO, 2012).

www.editionsedito.com

